

## CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA

### TRAGUARDI DELLE COMPETENZE ATTESE

#### AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA

L'alunn\* acquisisce 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

Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali

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

Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere ed apprezzare molteplici discipline sportive.

Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche

Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri

Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare

### COMPETENZE CHIAVE DI RIFERIMENTO

Consapevolezza ed espressione culturale (espressione corporea), competenza personale, sociale e di imparare a imparare

#### CLASSE PRIMA PRIMARIA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DELLA SCHEDA DI VALUTAZIONE	CONOSCENZE	ABILITA'	EVIDENZE OSSERVABILI AL TERMINE DELLA CLASSE PRIMA
--------	--	------------	----------	--

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	Conoscere il proprio corpo e padroneggiare schemi motori di base in situazioni diverse	Le varie parti del corpo.  Gli schemi motori dinamici e posturali.  I movimenti del corpo in relazione allo spazio e al tempo.	Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri, e rappresentarle anche graficamente.  Coordinare e utilizzare in modo fluido i molteplici schemi motori naturali (camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi).  Orientare, collocare il proprio corpo secondo una direzione o in posizioni spaziali assegnate  Muoversi in relazione ai parametri spaziali e temporali controllando la lateralità	L'alunn* Riconosce e denomina le varie parti del corpo su di sé Scopre le posizioni fondamentali che il corpo può assumere (in piedi, seduti, in ginocchio). Riconosce le informazioni provenienti dagli organi di senso Si orienta nell'ambiente palestra su indicazione dell'insegnante rispetto a coordinate spazio-temporali (vicino lontano, sopra-sotto, alto-basso, davanti dietro, dentro-fuori...) Sperimenta alcune forme di schieramenti (riga, fila, circolo) Esegue globalmente diversi modi di camminare, correre, saltare. Prende coscienza della dominanza laterale
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA	Interpretare e comunicare contenuti ed emozioni attraverso il movimento	Le percezioni sensoriali (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche).	Saper muoversi spontaneamente in base ad un ritmo e/o un brano musicale  Distinguere, interpretare, confrontare e verbalizzare differenti percezioni sensoriali.  Utilizzare il corpo e il movimento per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni.	Esprime e comunica emozioni e sentimenti attraverso il corpo Drammatizza semplici sequenze di movimento su base musicale o narrativa
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Saper rispettare le regole degli sport praticati	Le regole del gioco stabilito (collettivo, tradizionale e non).	Conoscere e sperimentare semplici regole di giochi individuali e di squadra	Partecipa con interesse alle varie proposte di gioco Rispetta semplici regole di giochi di gruppo
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	Riconoscimento degli attrezzi e degli spazi di gioco nella loro funzionalità.	Conosce alcune semplici regole relative alla propria sicurezza e altrui; mette in atto le basilari indicazioni relative all'igiene in ambiente scolastico	Rispetta le principali norme igieniche Stima situazioni di pericolo Discrimina cibi sani e non

## CLASSE SECONDA PRIMARIA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DELLA SCHEDA DI VALUTAZIONE	CONOSCENZE	ABILITA'	EVIDENZE OSSERVABILI AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	Coordinare schemi motori di base. Riconoscere denominare le varie parti del corpo su di sé e gli altri	Gli schemi motori che consentono di affinare la coordinazione	Organizzare e controllare più schemi motori di base per adattarli ai parametri spazio temporali. Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri, e rappresentarle anche graficamente. Orientarsi correttamente nello spazio in relazione a varianti spaziali e temporali. Riconoscere e valutare le traiettorie, le distanze, i ritmi esecutivi delle azioni motorie. Percepire e interiorizzare la successione temporale delle azioni.	L'alunn*  Riconosce e denomina le varie parti del corpo su di sé e gli altri Utilizza correttamente semplici schemi motori in precedenza acquisiti: coordinazione oculo-manuale e oculo podalica Si colloca in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o ad oggetti Riproduce semplici sequenze ritmiche con il corpo e gli attrezzi Si muove su percorsi strutturati Esegue correttamente in autonomia alcune forme di schieramenti ( riga, fila, circolo) Esegue globalmente diversi schemi motori : correre/saltare, afferrare/ lanciare,rotolare/strisciare, ecc Rafforza il concetto di lateralizzazione su di sé e sugli altri.

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	Utilizzare il corpo per esprimere vissuti e stati d'animo	Le molteplici condizioni di equilibrio del proprio corpo. Conoscenza ed esplorazione dello spazio secondo un orientamento prestabilito. Conoscenza dei concetti temporali relativi a successione, durata, contemporaneità. Utilizzo del linguaggio del corpo con modalità espressiva.	Saper muoversi in base ad un ritmo e/o un brano musicale spontaneamente e seguendo un modello; saper esprimere attraverso la drammatizzazione semplici esperienze ritmiche Utilizzare e organizzare i movimenti del proprio corpo coordinandoli tra loro. Utilizzare efficacemente la gestualità fino motoria in diversificate attività ludico-manipolative e grafico-pittoriche. Utilizzare il linguaggio motorio per comunicare individualmente e collettivamente stati d'animo, idee, situazioni.	Esprime e comunica emozioni e sentimenti attraverso il corpo Drammatizza semplici sequenze di movimento su base musicale o narrativa
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Partecipare a giochi di movimento tradizionali e di squadra rispettando le regole e le istruzioni impartite dalle insegnanti	Conoscenza dello svolgimento di molteplici giochi non codificati, imitativi, di immaginazione. Riconoscimento degli attrezzi e degli spazi di gioco nella loro funzionalità.	Utilizzare condotte motorie in situazioni di gioco vissute attraverso rappresentazioni simboliche e imitative. Cooperare e interagire positivamente con gli altri attraverso esperienze ludiche. Partecipare a giochi pre-sportivi rispettando le regole. Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature.	Partecipa con interesse alle varie proposte di gioco Rispetta semplici regole di giochi di gruppo
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Conoscere le misure dell'igiene personale ed eseguirle in autonomia  Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	Riconoscimento degli attrezzi e degli spazi di gioco nella loro funzionalità. Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare	Conosce alcune semplici regole relative alla propria sicurezza e altrui; mette in atto le basilari indicazioni relative all'igiene in ambiente scolastico	Utilizza semplici attrezzi correttamente Rispetta le principali norme igieniche Stima situazioni di pericolo Discrimina cibi sani e non
CLASSE TERZA PRIMARIA				
NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DELLA SCHEDA DI VALUTAZIONE	CONOSCENZE	ABILITA'	EVIDENZE OSSERVABILI AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	Coordinare e utilizzare i diversi schemi motori, combinati tra loro	Schemi motori Aspetti coordinativi generali oculo manuali e oculo podalici Distanze e traiettorie Equilibrio statico e dinamico del proprio corpo	Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare...) Variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, di tempo e strutture ritmiche. Padroneggiare gli aspetti generali coordinativi oculo manuali e podalici in attività diverse anche con l'utilizzo di piccoli attrezzi. Valutare distanze e traiettorie adeguando i propri comportamenti motori. Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo.	L'alunn* Utilizza consapevolmente le proprie abilità motorie in relazione allo schema corporeo -coordinare e collegare in modo fluido il maggior numero possibile di movimenti naturali ( camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi) Controlla il corpo in situazioni di disequilibrio Controlla la respirazione e regolarla in funzione dello sforzo Riproduce e coordina movimenti a partire dalla rappresentazione mentale di un modello Verbalizza e/o disegna un percorso da proporre ai compagni Consolida la coordinazione oculo manuale e oculo-podalica ( lanci, canestri, mire, palleggio ecc) Orienta se stessi e gli altri nello spazio e nel tempo
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA	Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali o collettive		Saper muoversi in base ad un ritmo e/o un brano musicale spontaneamente seguendo un modello; saper esprimere attraverso la drammatizzazione esperienze ritmico-musicali	Utilizza il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d'animo, idee e situazioni sia individualmente che collettivamente
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Conoscere, applicare e rispettare le regole dei giochi di movimento e comprenderne l'importanza  Accettare responsabilmente l'esito del confronto	Modalità esecutive di giochi di movimento	Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento individuali e di squadra. Cooperare e collaborare all'interno di un gruppo.	Esegue attività propedeutiche ai principali giochi sportivi individuali e di squadra Coopera e interagisce positivamente con gli altri comprendendo e accettando i propri limiti e valorizzando le capacità di ciascuno

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività per evitare le situazioni di rischio Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita	Riconoscimento degli attrezzi e degli spazi di gioco nella loro funzionalità. Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare	Conosce alcune semplici regole relative alla propria sicurezza e altrui anche nell'utilizzo di piccoli attrezzi; riconosce le fondamentali regole per il benessere del proprio corpo	Utilizza semplici attrezzi correttamente Rispetta le principali norme igieniche Stima situazioni di pericolo Discrimina cibi sani e non
---	--	--	--	--

#### CLASSE QUARTA PRIMARIA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DELLA SCHEDA DI VALUTAZIONE	CONOSCENZE	ABILITA'	EVIDENZE OSSERVABILI AL TERMINE DELLA CLASSE QUARTA
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri	Affinamento degli schemi motori e posturali.	Diventa consapevole del proprio corpo anche attraverso la regolazione del respiro e la padronanza degli schemi motori posturali e dinamici	L'alunn* Acquisisce 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
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee  Eseguire con i compagni semplici sequenze su basi ritmiche, utilizzando il movimento in modo originale ed espressivo	Consolidamento delle capacità coordinative quali: forza muscolare, resistenza, velocità, mobilità articolare, ritmo, coordinazione, equilibrio, destrezza, agilità.	Saper muoversi in base ad un ritmo e/o un brano musicale spontaneamente seguendo un modello; saper esprimere attraverso la drammatizzazione esperienze ritmico-musicali	Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<p>Conoscere e sperimentare in forma semplificata le gestualità tecniche di alcune discipline sportive praticate</p> <p>Conoscere , applicare, rispettare le regole dei giochi sportivi e comprenderne l'importanza</p> <p>Accettare con serenità il risultato finale di una competizione sportiva</p>	Giochi interpretativi, di immaginazione, giochi sportivi semplificati. Giochi presportivi. Conoscenza dei fondamentali di alcuni tipi di gioco-sport.	<p>Conoscere e sperimentare le principali regole di giochi individuali e di squadra; comprende il valore della collaborazione nel gioco di squadra e accetta con serenità l'esito di una competizione.</p> <p>Sperimenta alcune discipline sportive; mette in atto le gestualità tecniche propedeutiche alle discipline sportive proposte</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>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere ed apprezzare molteplici discipline sportive.</p> <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p>
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<p>Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</p> <p>Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute.</p>	Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare	Conosce le regole relative alla propria e altrui sicurezza anche nell'utilizzo di piccoli attrezzi; riconosce le fondamentali regole per il benessere del proprio corpo anche in relazione ad un corretto regime alimentare	<p>Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare</p>

### CLASSE QUINTA PRIMARIA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DELLA SCHEDA DI VALUTAZIONE	CONOSCENZE	ABILITA'	EVIDENZE OSSERVABILI AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<p>Utilizzare e coordinare i diversi schemi motori in forma simultanea</p> <p>Organizzare e controllare i movimenti nello spazio in relazione a sé, agli altri, agli oggetti e riconoscere traiettorie e distanze</p>	Schemi motori utili e funzionali all'esecuzione di compiti motori semplici e complessi	E' consapevole del proprio corpo anche attraverso la regolazione del respiro e la padronanza degli schemi motori posturali e dinamici	L'alunn* acquisisce 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

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	<p>Utilizzare il movimento in modo personale e originale, attraverso forme di drammatizzazione e danza, individuali e collettive, per comunicare ed esprimere contenuti emozionali</p> <p>Elaborare semplici coreografie o sequenze di movimento utilizzando basi musicali o strutture ritmiche</p>	<p>Capacità di combinazione o accoppiamento di due o più schemi motori</p> <p>Capacità di orientamento spaziale in funzione delle situazioni di gioco-sport</p> <p>Capacità di anticipazione e reazione motoria</p> <p>Capacità di differenziazione spaziale</p>	<p>Saper muoversi in base ad un ritmo e/o un brano musicale spontaneamente seguendo un modello; saper esprimere attraverso la drammatizzazione esperienze ritmico-musicali</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</p>
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<p>Conoscere e utilizzare le gestualità tecniche di alcune discipline sportive praticate sia a livello individuale che di squadra</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri; è consapevole del valore delle regole e accetta con serenità il risultato finale di una competizione sportiva</p>	<p>Principali regole dei giochi sportivi</p> <p>Modalità esecutive corrette dei principali gesti tecnici propri di ciascuna disciplina sportiva</p>	<p>Conoscere e sperimentare le principali regole di giochi individuali e di squadra; comprende il valore della collaborazione nel gioco di squadra e accetta con serenità l'esito di una competizione</p> <p>Sperimenta alcune discipline sportive; mette in atto le gestualità tecniche propedeutiche alle discipline sportive proposte</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>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere ed apprezzare molteplici discipline sportive.</p> <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p>
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<p>Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute</p>	<p>Principali regole relative all'utilizzo appropriato degli attrezzi e all'uso degli spazi nei vari ambienti di vita</p> <p>Essenziali norme igienico connesse all'attività fisica.</p> <p>Principali caratteristiche degli alimenti e relative funzioni nutrizionali.</p>	<p>Conosce le regole relative alla propria e altrui sicurezza anche nell'utilizzo di piccoli attrezzi; riconosce le fondamentali regole per il benessere del proprio corpo anche in relazione ad un corretto regime alimentare</p>	<p>Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare</p>

