

SCUOLA PRIMARIA

DISCIPLINA **EDUCAZIONE FISICA**

CLASSE PRIMA

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo della competenza	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
1 Comunicazione nella madrelingua.  6 Competenze sociali e civiche.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Acquisire 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.</li><li>• Utilizzare 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.</li><li>• Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</li><li>• Sperimentare, in forma semplificata e progressiva sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</li><li>• Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</li><li>• 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 inducano dipendenza.</li><li>• Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li></ul>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa-espressiva.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play.</p> <p>Salute, benessere, prevenzione e sicurezza.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Coordinare e utilizzare schemi motori di base, inizialmente in forma successiva e poi gradualmente in forma simultanea (correre, saltare,...).</li><li>• Utilizzare il proprio corpo per esprimersi, comunicare, e giocare.</li><li>• Comprendere il valore del gioco e il senso delle regole.</li><li>• Partecipare attivamente alle varie forme di gioco collaborando con gli altri.</li><li>• Avviarsi al rispetto delle regole.</li><li>• Prendersi cura di sé e del proprio corpo anche in relazione agli altri.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Utilizzare i principali schemi motori di base.</li><li>• Utilizzare il proprio corpo come forma iniziale di espressione.</li><li>• Partecipare alle varie forme di gioco collaborando con gli altri.</li><li>• Prendersi cura di sé.</li></ul>

CLASSE SECONDA

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo della competenza	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
<p>1 Comunicazione nella madrelingua.</p> <p>6 Competenze sociali e civiche.</p> <p>8 Consapevolezza ed espressione culturale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acquisire 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.</li> <li>• Utilizzare 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.</li> <li>• Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</li> <li>• Sperimentare, in forma semplificata e progressiva sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</li> <li>• Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</li> <li>• 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 inducano dipendenza.</li> <li>• Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li> </ul>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa-espressiva.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play.</p> <p>Salute, benessere, prevenzione e sicurezza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinare, utilizzare e adattare schemi motori di base.</li> <li>• Utilizzare il proprio corpo per esprimersi, comunicare, e giocare.</li> <li>• Comprendere il valore del gioco e il senso delle regole.</li> <li>• Partecipare attivamente alle varie forme di gioco collaborando con gli altri.</li> <li>• Consolidare il rispetto delle regole.</li> <li>• Prendersi cura di sé e del proprio corpo anche in relazione agli altri.</li> <li>• Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizzare schemi motori di base.</li> <li>• Utilizzare il proprio corpo come forma iniziale di espressione.</li> <li>• Partecipare alle varie forme di gioco collaborando con gli altri.</li> <li>• Prendersi cura di sé e del proprio corpo anche in relazione con gli altri.</li> </ul>

CLASSE TERZA

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
<p>1 Comunicazione nella madrelingua.</p> <p>6 Competenze sociali e civiche.</p> <p>8 Consapevolezza ed espressione culturale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acquisire 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.</li> <li>• Utilizzare 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.</li> <li>• Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</li> <li>• Sperimentare, in forma semplificata e progressiva sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</li> <li>• Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</li> <li>• 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 inducano dipendenza.</li> <li>• Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li> </ul>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa-espressiva.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play.</p> <p>Salute, benessere, prevenzione e sicurezza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.). Avviare ad un graduale riconoscimento di valutazione di 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.</li> <li>• Iniziare a utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</li> <li>• Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento.</li> <li>• Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco.</li> <li>• Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</li> <li>• Rispettare le regole nella competizione sportiva; iniziare ad accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</li> <li>• Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</li> <li>• Iniziare a riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consolidare gli schemi motori di base e iniziare a organizzare e gestire un primo orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spazio-temporali.</li> <li>• Utilizzare in forma originale semplici modalità espressive e corporee. Eseguire semplici sequenze di movimento.</li> <li>• Svolgere correttamente giochi di movimento sia individuali sia di gruppo rispettando le regole, gli strumenti, se stessi e gli altri.</li> <li>• Prendersi cura di sé e del proprio corpo anche in relazione con gli altri; iniziare a riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazioni a sani stili di vita.</li> </ul>

CLASSE QUARTA

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo della competenza	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
<p>1 Comunicazione nella madrelingua.</p> <p>5 Imparare a imparare.</p> <p>6 Competenze sociali e civiche.</p> <p>8 Consapevolezza ed espressione culturale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acquisire 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.</li> <li>• Utilizzare 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.</li> <li>• Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</li> <li>• Sperimentare, in forma semplificata e progressiva sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</li> </ul>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa-espressiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.).</li> <li>• 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.</li> <li>• Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</li> <li>• Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</li> <li>• Conoscere e applicare corrette modalità esecutive di diverse proposte di gocosport. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.).</li> <li>• Riconoscere 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.</li> <li>• Utilizzare in forma originale modalità espressive e corporee forme di drammatizzazione. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento.</li> </ul>

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo della competenza	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
<p>1 Comunicazione nella madrelingua.</p> <p>5 Imparare a imparare.</p> <p>6 Competenze sociali e civiche.</p> <p>8 Consapevolezza ed espressione culturale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</li> <li>• 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 inducano dipendenza.</li> <li>• Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li> </ul>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play.</p> <p>Salute, benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rispettare le regole nella competizione sportiva; iniziare a saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, iniziando ad accettare la diversità, manifestando senso di responsabilità.</li> <li>• Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza</li> <li>• Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Iniziare ad acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e nei vari ambienti di vita muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Collaborare nel gruppo; iniziare a confrontarsi lealmente anche in una competizione con i compagni.</li> <li>• Iniziare ad assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Iniziare a riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</li> </ul>

## CLASSE QUINTA

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
<p>1 Comunicazione nella madrelingua.</p> <p>4 Competenza digitale.</p> <p>5 Imparare ad imparare.</p> <p>6 Competenze sociali e civiche.</p> <p>7 Spirito di iniziativa e imprenditorialità.</p> <p>8 Consapevolezza ed espressione culturale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acquisire 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.</li> <li>Utilizzare 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.</li> <li>Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</li> <li>Sperimentare, in forma semplificata e progressiva sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</li> <li>Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</li> <li>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 inducano dipendenza.</li> </ul>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa-espressiva.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play.</p> <p>Salute, benessere, prevenzione e sicurezza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.).</li> <li>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.</li> <li>Utilizzare in forma originale modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</li> <li>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</li> <li>Conoscere e applicare corrette modalità esecutive di diverse proposte di gocosport.</li> <li>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicando indicazioni e regole.</li> <li>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</li> <li>Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando la diversità, manifestando senso di responsabilità.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.).</li> <li>Riconoscere 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.</li> <li>Utilizzare in forma originale modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento.</li> <li>Collaborare nel gruppo; iniziare a confrontarsi lealmente anche in una competizione con i compagni.</li> </ul>

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo della competenza	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li> </ul>	Salute, benessere, prevenzione e sicurezza	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</li> <li>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Iniziare ad assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Iniziare a riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</li> </ul>