DISCIPLINA:ED. FISICA

TRAGUARDI DA RAGGIUNGERE AL TERMINE 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 giocosport 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.

CLASSE PRIMA	ABILITÀ	CONOSCENZE
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO **Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse**	- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori (camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, arrampicarsi, lanciare, afferrare). - Esplorare lo spazio circostante con i propri sensi e le modalità di percezione sensoriale. - Muoversi assumendo le posizioni adeguate in relazione allo spazio e al tempo.	- Schemi motori di base - Percezione del proprio corpo - Percezione di sé in relazione all'altro - Sensi e percezioni sensoriali - Concetti spaziali e temporali

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA **Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo**	- Utilizzare modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza.	- Ritmo - Drammatizzazione - Emozioni - Espressioni del corpo
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY **Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune**	- Conoscere ed utilizzare i giochi della tradizione popolare. - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco. - Rispettare le regole dei giochi.	- Regole dei giochi - Parti del corpo - Comportamenti da attuare per ottenere collaborazione tra tutti i giocatori.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA **Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita**	- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. - Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico, attraverso osservazioni sulla propria esperienza guidate dall'insegnante.	- Regole sulla sicurezza - Regole di base per una corretta alimentazione e uno stile di vita sano
CLASSE SECONDA	**ABILITÀ**	**CONOSCENZE**
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO **Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse**	- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori (camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, arrampicarsi, lanciare, afferrare). - Esplorare lo spazio circostante con i propri sensi e le modalità di percezione sensoriale. - Muoversi assumendo le posizioni adeguate in relazione allo spazio e al tempo.	- Schemi motori di base - Percezione del proprio corpo - Percezione di sé in relazione all'altro - Sensi e percezioni sensoriali - Concetti spaziali e temporali

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA **Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo**	- Utilizzare modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza. - Eseguire semplici sequenze di movimento o coreografie individuali e collettive.	- Ritmo - Drammatizzazione - Emozioni - Espressioni del corpo
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY **Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune**	- Conoscere ed utilizzare in modo corretto i giochi della tradizione popolare. - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, collaborando con gli altri. - Rispettare le regole dei giochi.	- Regole dei giochi - Parti del corpo - Comportamenti da attuare per ottenere collaborazione tra tutti i giocatori
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA **Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita**	- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. - Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico, attraverso osservazioni sulla propria esperienza guidate dall'insegnante.	- Regole sulla sicurezza - Regole di base per una corretta alimentazione e uno stile di vita sano

CLASSE TERZA	**ABILITÀ**	**CONOSCENZE**
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO **Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse**	- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.). - Controllare le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. - 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.	- Possibilità motorie del proprio corpo in relazione allo spazio e agli oggetti - Schemi motori combinati - Rapporti topologici e lateralità
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA **Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo**	- Utilizzare il corpo e il movimento per esprimere, comunicare stati d'animo ed emozioni, anche attraverso forme di drammatizzazione e danza. - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive, assumendo diversificate posture del corpo con finalità espressive.	- Linguaggio mimico-gestuale e posturale - Linguaggio espressivo
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY **Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune**	- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di alcune proposte di *giocosport.* - Saper utilizzare giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. - Nella competizione, rispettare le regole, manifestando senso di responsabilità.	- I ruoli, le tecniche e le regole di giochi di squadra e di alcune alcune discipline sportive - Ruoli, regole e modalità esecutive dei giochi della tradizione. - Comportamenti da attuare per ottenere collaborazione, inclusione e responsabilità di tutti

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA **Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita**	- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. - Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico, attraverso osservazioni sulla propria esperienza guidate dall'insegnante.	Le regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita (scolastico, stradale, pubblico, sportivo…) - Le regole di base per una corretta alimentazione e uno stile di vita sano - Elementi di igiene del corpo
CLASSE QUARTA	**ABILITÀ**	**CONOSCENZE**
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO **Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse**	- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). - 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.	- Schemi motori combinati - Possibilità motorie del proprio corpo in relazione allo spazio e agli oggetti (piccoli e grandi attrezzi)
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO ESPRESSIVA **Utilizzare gli aspetti**	- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.	- Linguaggio mimico-gestuale e posturale - Linguaggio espressivo

comunicativo-relazionali del messaggio corporeo	- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento e/o semplici coreografie individuali e collettive assumendo diversificate posture del corpo con finalità espressive.	
IL GIOCO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY **Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune**	- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport. - Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. - 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.	- Ruoli, tecniche e regole di alcune discipline sportive - Ruoli, regole e modalità esecutive di alcuni giochi della tradizione - Comportamenti da attuare per ottenere collaborazione, inclusione e responsabilità di tutti
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA **Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita**	- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. - Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. - Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	-Regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita (scolastico, stradale, pubblico, sportivo…) - Regole per una corretta alimentazione e uno stile di vita sano - Regole di igiene personale autonoma. - Regole per la prevenzione di infortuni - Funzioni fisiologiche (respiratorie e muscolari) e loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. -Limiti e potenzialità in relazione all'intensità e alla durata di un compito motorio.

CLASSE QUINTA	ABILITÀ	CONOSCENZE
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO **Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse**	- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). - 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.	- Schemi motori combinati - Possibilità motorie del proprio corpo in relazione allo spazio, al tempo e agli oggetti (piccoli e grandi attrezzi)
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO ESPRESSIVA **Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo**	- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento e/o semplici coreografie individuali e collettive assumendo diversificate posture del corpo con finalità espressive.	- Linguaggio mimico-gestuale e posturale - Linguaggio espressivo -
IL GIOCO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY **Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune**	- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport. - Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. - 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.	- Ruoli, tecniche e regole di alcune discipline sportive. - Fondamentali dei principali sport di squadra - Ruoli, regole e modalità esecutive dei giochi della tradizione - Comportamenti da attuare per ottenere collaborazione, inclusione e responsabilità di tutti - Gestione consapevole delle vittorie e delle sconfitte
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	- Regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita (scolastico, stradale, pubblico, sportivo…) e utilizzo appropriato e responsabile di attrezzi e spazi

Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita	- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. - Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	- - Regole per una corretta alimentazione e uno stile di vita sano - Regole di igiene personale autonoma. - Regole per la prevenzione di infortuni - Funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. - Limiti e potenzialità in relazione all'intensità e alla durata di un compito motorio.