

CURRICOLO EDUCAZIONE FISICA – SCUOLA PRIMARIA

**COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITA' DI IMPARARE AD IMPARARE
COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE**

Fonti di legittimazione: Raccomandazione del Parlamento Europeo - 2018
Indicazioni Nazionali per il Curricolo

TRAGUARDI FORMATIVI: sviluppare la formazione della personalità dell'alunno attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea, promuovere il valore del rispetto di regole concordate e condivise e i valori etici e culturali che sono alla base della convivenza civile.

FINE CLASSE PRIMA

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none">• Riconoscere e denominare le varie parti del corpo e saperle rappresentare graficamente.• Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso.• Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base.• Consolidare la coordinazione oculo-manuale e la motricità manuale fine.• Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date.	<ul style="list-style-type: none">– Giochi di gruppo, per favorire la conoscenza tra compagni.– Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo.– Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra).– Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali.– Il movimento naturale del saltare.– I movimenti naturali del camminare e del correre: diversi tipi di andatura e di corsa.– Il movimento naturale del lanciare: giochi con la palla e con l'uso delle mani.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva	<ul style="list-style-type: none">• Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.	<ul style="list-style-type: none">- Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di filastrocche e poesie, canzoncine aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti

	<ul style="list-style-type: none"> Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	disciplinari.
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<ul style="list-style-type: none"> Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del “valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle. 	– Partecipare a giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra comprendendo e rispettando indicazioni e regole.
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<ul style="list-style-type: none"> Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> Semplici percorsi “costruiti” dagli alunni. Stare bene in palestra.

FINE CLASSE SECONDA

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none"> Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso. Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare...) 	<ul style="list-style-type: none"> Riconoscimento delle singole parti del corpo. Giochi per l’individuazione e la denominazione delle parti del corpo. Giochi e semplici percorsi basati sull’uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra). Giochi con l’utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali. Il movimento naturale del saltare. I movimenti naturali del camminare e del correre:

	<ul style="list-style-type: none"> • Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date. • Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. 	<p>diversi tipi di andatura e di corsa.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Il movimento naturale del lanciare: giochi con la palla e con l’uso delle mani. - Corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare). - Esercizi e attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche. – Percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione.
<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d’animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. • Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> - Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di filastrocche e poesie, canzoncine aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari. - Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale, gestuale.
<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del “valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle. 	<ul style="list-style-type: none"> - Attività finalizzate all’assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno. - Giochi di complicità e competitività fra coppie o piccoli gruppi. - Giochi competitivi di movimento.
<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. • Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> - Semplici percorsi “costruiti” dagli alunni. - Stare bene in palestra. - Norme principali per la prevenzione e tutela.

FINE CLASSE TERZA

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare...). • Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. • Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche. • Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi. 	<ul style="list-style-type: none"> – Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo). – Corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare).
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> - Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale, gestuale. - Giochi di comunicazione in funzione del messaggio. - Esecuzione di danze popolari.
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre- sportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del 	<ul style="list-style-type: none"> - Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche. - Giochi di ruolo. - Attività finalizzate all'assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.

	“valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle.	
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. • Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> - Stare bene in palestra. - Norme principali per la prevenzione e tutela. - Principi per una corretta alimentazione.

FINE CLASSE QUARTA

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare...). • Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. • Organizzare e gestire l’orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche. • Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi. 	<ul style="list-style-type: none"> – Percorsi per lo sviluppo dell’equilibrio statico, dinamico e di volo. - Giochi per lo sviluppo della capacità di anticipazione. – Esercizi ludici e giochi per lo sviluppo della capacità di combinazione e accoppiamento dei movimenti. – Esercizi ludici e giochi per lo sviluppo della capacità di reazione. – Esercizi ludici e giochi per lo sviluppo della capacità di orientamento. – Esercizi ludici e giochi per lo sviluppo delle capacità ritmiche.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d’animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. • Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità 	<ul style="list-style-type: none"> - Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali e fantastiche, aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari.. - Semplici coreografie o sequenze di movimenti.

	espressive.	
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del “valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle. • Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, manifestando senso di responsabilità. 	<ul style="list-style-type: none"> - Giochi propedeutici ad alcuni giochi sportivi (minivolley, minibasket...). - Attività ludiche propedeutiche per l’acquisizione progressiva delle regole di alcuni giochi sportivi. - Attività ludiche di collaborazione, confronto, competizione con giochi di regole. - Attività ludiche di collaborazione, confronto, competizione costruttiva.
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. • Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> - Giochi di regole specifiche per la prevenzione degli infortuni. - Conversazioni sull’alimentazione, sullo sport e sull’importanza della salute, dopo la lettura di articoli e/o la visione di filmati sull’argomento.

FINE CLASSE QUINTA

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori e posturali. • Eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie usando ampia gamma di codici espressivi. • Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni e regole funzionali alla sicurezza anche stradale. 	<ul style="list-style-type: none"> – Giochi e percorsi basati sull’uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra) comprendenti schemi motori di base e complessi. – Giochi con l’utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali. – Esercitazioni di vario tipo con attrezzi in palestra ed

	<ul style="list-style-type: none"> • Eseguire movimenti precisati, adattati a situazioni esecutive sempre più complesse. 	<p>anche all'esterno della scuola.</p> <p>– Giochi di simulazione.</p>
<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. • Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<p>- Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali e fantastiche, aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari.</p> <p>- Semplici coreografie o sequenze di movimenti.</p>
<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra. • Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione coi compagni. • Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati, comprendendone il valore e favorendo sentimenti di rispetto e cooperazione. • Conoscere le regole essenziali di alcune discipline sportive. • Saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria rispettando gli avversari. 	<p>- Partecipare a giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra comprendendo e rispettando indicazioni e regole.</p> <p>- Giochi e attività che favoriscano l'assunzione di atteggiamenti positivi</p> <p>- La figura del caposquadra.</p>
<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. • Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria. • Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere. • Assumere comportamenti rispettosi dell'igiene, della salute e della sicurezza propria e altrui. 	<p>- Semplici percorsi "costruiti" dagli alunni.</p> <p>- Stare bene in palestra.</p> <p>- Norme e giochi atti a favorire la conoscenza del rapporto alimentazione - benessere.</p> <p>- Momenti di riflessione sulle attività svolte.</p>