

PROGRAMMAZIONE CLASSI PRIME, SECONDE, TERZE

A.S. 2023/2025

EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI (dalle indicazioni per il curricolo):

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 ritmiche musicali e coreutiche.

Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura praticasportiva.

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 sia 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.

PREMESSA METODOLOGICA:

Grazie alla proficua collaborazione tra scuola e enti sportivi del territorio gli alunni di tutte le classi hanno la possibilità di sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di *giocosport* anche come orientamento alla futura pratica sportiva.

NUCLEI FONDANTI	COMPETENZE	ABILITA'	ARGOMENTI E CONTENUTI
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Integrare schemi motori semplici e funzionali ➤ Dimostrare di possedere il concetto di lateralità e riconosce i concetti di spazio e tempo 	<p>L'alunno sa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Riconoscere e denominare le varie parti del corpo. ✓ Rappresentare graficamente il corpo fermo ed in movimento. ✓ Coordinare e collegare i movimenti in modo fluido. ✓ Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità. ✓ Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni reali e fantastiche. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Esplorazione e scoperta del corpo nella sua globalità e nei suoi segmenti (Le varie parti del corpo) ❖ Percezione del corpo in situazione statica e dinamica. ❖ Manipolazione di oggetti e attrezzi. ❖ Le posizioni che il corpo può assumere in rapporto allo spazio e al tempo. ❖ L'orientamento.
<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Riconoscere il valore del corpo come mezzo di espressione e comunicazione 	<p>L'alunno sa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Comunicare ed esprimere i propri stati d'animo 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche ❖ Giochi di imitazione (modeling), giochi di rispecchiamento, giochi a coppie. ❖ Codici espressivi e non verbali.

			<ul style="list-style-type: none"> ❖ Utilizzo di basi ritmiche e/o musicali. ❖ Utilizzo di materiali strutturato e non.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Dimostrare di aver interiorizzato le regole per giocare insieme 	L'alunno sa: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Partecipare al gioco collettivo rispettando le regole. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Giochi tradizionali di vario tipo in particolare cooperativi.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Assumere comportamenti idonei a garantire la sicurezza propria e degli altri in diverse situazioni 	L'alunno sa: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Rispettare le norme di sicurezza nei momenti non strutturati, durante le prove di evacuazione, le uscite, ecc. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Prove di evacuazione ❖ Uscite a piedi ❖ Gioco libero

COMPETENZE DI BASE AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA

EDUCAZIONE FISICA

- Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse: il corpo e la sua relazione nello spazio e nel tempo e come modalità comunicativa.
- Utilizzare alcuni schemi motori di base, anche combinati tra loro.
- Utilizzare piccoli attrezzi in modo corretto e sicuro per sé e i compagni (corda, cerchio ...).
- Utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie o in gruppo.
- Rispettare le regole di base di giochi organizzati anche in forma di gara.
- Interagire positivamente con gli altri.

PROGRAMMAZIONE CLASSI QUARTE, QUINTE

AA. SS. 2023/2025

EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI (dalle indicazioni per il curricolo):

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 gioco-sport anche come orientamento alla futura praticasportiva.

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 sia 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.

PREMESSA METODOLOGICA:

Grazie alla proficua collaborazione tra scuola e enti sportivi del territorio gli alunni di tutte le classi hanno la possibilità di sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di *giocosport* anche come orientamento alla futura pratica sportiva.

PRIMO, SECONDO, TERZO E QUARTO BIMESTRE			
NUCLEI FONDANTI	COMPETENZE	ABILITA'	ARGOMENTI E CONTENUTI
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Dimostrare capacità di orientamento spazio-temporale 	<p>L'alunno sa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Consolidare lo schema corporeo e della lateralità; ✓ Controllare e coordinare gesti motori 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Esercizi di coordinazione e agilità generale. <ul style="list-style-type: none"> - Rapporti non abituali corpo-spazio. - Giochi di destrezza, percorsi misti e circuiti. - Esercizi a carico naturale e con piccoli attrezzi. - Esercizi a corpo libero e a coppie - Esercizi di tonificazione generale e specifici. - Corse a ritmi differenziati. - percorsi misti - Tecniche di recupero defaticamento e rilassamento.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi 	<p>L'alunno sa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Combinare la componente comunicativa del corpo e quella estetica. ✓ L'alunno sviluppa il senso ritmico del movimento 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Esercitazioni con grandi attrezzi. ❖ Esercitazioni e progressioni su basi ritmiche e musicali. ❖ Attività ludiche. ❖ Rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture, individualmente, a coppie, in gruppo.

<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche negli sport individuali e di squadra. ➤ Dimostrare di aver sviluppato uno spirito di collaborazione, di correttezza e lealtà sportiva 	<p>L'alunno sa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Applicare i principali elementi tecnici semplificati di molteplici discipline sportive. ✓ Dimostrare comprensione, applicazione e rispetto delle regole dei giochi sportivi. ✓ Scegliere azioni e soluzioni per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni. ✓ Utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. ✓ Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Acquisizione dei fondamentali individuali e di squadra di alcuni giochi sportivi: pallacanestro, calcio, pallavolo, Taekwondo. ❖ Giochi di squadra con semplici regole
<p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Assumere comportamenti idonei a garantire la sicurezza propria e degli altri in diverse situazioni 	<p>L'alunno sa:</p> <p>Rispettare le norme di sicurezza nei momenti non strutturati, durante le prove di evacuazione, le uscite, ecc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Prove di evacuazione ❖ Uscite a piedi ❖ Gioco libero

		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. ✓ Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Gioco strutturato e con attrezzi ❖ Approfondimenti di educazione alla salute in classe.
--	--	---	--

COMPETENZE DI BASE AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA

EDUCAZIONE FISICA

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro, inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare). ➤ Eseguire movimenti precisati ed adattarli a diverse situazioni esecutive.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d'animo, idee, situazioni, collaborando con i compagni. ➤ Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Conoscere, applicare e rispettare le regole dei giochi praticati. ➤ Collaborare nel gioco di squadra, apportando il proprio contributo. ➤ Rispettare le regole nella competizione sportiva.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari. ➤ Rispettare regole esecutive funzionali alla sicurezza nei vari ambiti di vita.