

CURRICOLO VERTICALE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

Scuola Primaria- Ed. Fisica- Classi Prima-Seconda-Terza

COMPETENZA CHIAVE EUROPEE:

In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime negli ambiti motori, artistici e musicali che gli sono congeniali.

Rispetta le regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune.

Profilo al termine del primo ciclo d'istruzione

NUCLEO TEMATICO: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

| TRAGUARDI DI COMPETENZA | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI DI MASSIMA/GENERALI |
|---|---|--|
| <p>L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza di schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p> | <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare).</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> | <p>Sviluppare i principali schemi motori di base generali. (camminare utilizzando diverse andature, correre a passi corti, alzando le ginocchia, calciando dietro, a balzi.....Saltare a piedi uniti con un solo piede, saltare in basso, in alto, avanti, indietro, a destra a sinistra, .Rotolare sul fianco. Lanciare, afferrare a due mani, ad una mano. Flettere, estendere, spingere, inclinare, ruotare, piegare, circondurre, slanciare, elevare sia le gambe che le braccia).</p> <p>Affinare capacità coordinative generali , oculo -manuali e di equilibrio: (lanciare effettuando canestri, lanciare a compagni, colpire bersagli. Palleggiare ad una e due mani, sopra la testa, contro un muro, di corsa o da fermi...</p> |

Calciare controllando la forza con entrambi i piedi. Camminare su una linea retta in punta di piedi. Correre su una linea ,alternando gli appoggi dx e sx, dentro spazi regolari, tra due linee).

Affinare la lateralità verso la piena dominanza

(conoscere la destra e la sinistra del proprio corpo.

Riconoscere la destra e la sinistra delle altre persone in relazione a sé, e tra le altre persone tra loro.

Effettuare esercizi a coppie eseguendo movimenti a specchio con o senza attrezzi.

Affinare capacità di anticipo e scelta e di organizzazione del proprio movimento in base allo spazio, agli altri e agli attrezzi usati.

Muoversi anticipando i propri movimenti intuendo la fine della traiettoria di un attrezzo o di un movimento di un compagno in esercizi strutturati.

Dimostrare la propria capacità di anticipo e scelta in situazioni di gioco).

CURRICOLO VERTICALE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

Scuola Primaria- Ed. Fisica- Classi Prima-Seconda-Terza

| NUCLEO TEMATICO: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA | | |
|---|---|---|
| TRAGUARDI DI COMPETENZA | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI DI MASSIMA/GENERALI |
| 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. | Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e di danza, sapendo nel contempo trattenere nel contempo contenuti emozionali. | Effettuare semplici giochi di ruolo che implicino l'uso di movimenti coordinati ed espressivi (giocare a imitare il movimento di.....). Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie. Effettuare semplici bans e balletti, mantenendo ritmo e postura adeguati. Giocare scoprendo giochi tradizionali. Eseguire, descrivere e rappresentare percorsi a squadre e a staffetta |

CURRICOLO VERTICALE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

Scuola Primaria- Ed. Fisica- Classi Prima-Seconda-Terza

| NUCLEO TEMATICO: IL GIOCO LO SPORT E IL FAIR-PLAY | | |
|--|---|--|
| TRAGUARDI DI COMPETENZA | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI DI MASSIMA/GENERALI |
| Comprendere, all'interno delle varie occasioni di gioco-sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. | <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzare anche in forma di gara, collaborando con altri.</p> <p>Rispettare le regole nella competizione sportiva.</p> <p>Saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> | <p>Scoprire che ogni gioco è un insieme di regole e che rispettarle è indispensabile al buon funzionamento del gioco.</p> <p>Sviluppare la capacità di reagire alle vittorie e alle sconfitte senza eccedere nella delusione o nell'autoaffermazione.</p> <p>Interagire all'interno del piccolo gruppo facendo e accettando proposte.</p> <p>Acquisire autostima e sicurezza, offrendo e accettando aiuto.</p> |

CURRICOLO VERTICALE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

Scuola Primaria- Ed. Fisica- Classi Prima-Seconda-Terza

| NUCLEO TEMATICO: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA | | |
|---|---|--|
| TRAGUARDI DI COMPETENZA | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI DI MASSIMA/GENERALI |
| Acquisire comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. | Agire rispettando i criteri di base e di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi. | Entrare in palestra con calma e ordine attendendo in silenzio le istruzioni dell'insegnante. Ascoltare ed eseguire correttamente le indicazioni. Usare le attrezzature in modo adeguato e facendo attenzione a sé, agli altri. Modulare i propri gesti motori anche in situazioni di forte agonismo evitando di rischiare la propria e l'altrui incolumità. |

CURRICOLO VERTICALE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

Scuola Primaria- Ed. Fisica- Classi Quarta - Quinta

COMPETENZA CHIAVE EUROPEE:

In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime negli ambiti motori, artistici e musicali che gli sono congeniali.

Rispetta le regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune.

Profilo al termine del primo ciclo d'istruzione

NUCLEO TEMATICO: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

| TRAGUARDI DI COMPETENZA | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI DI MASSIMA/GENERALI |
|--|---|--|
| 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 | <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare).</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> | <p>Padroneggiare schemi motori di base, sviluppa le capacità condizionali e coordinative generali (eseguire correttamente esercizi di corsa veloce, mantenere la corsa con una certa resistenza, saltare con destrezza eseguendo stacchi a uno o due piedi..).</p> <p>Affinare capacità coordinative generali, oculo -manuali e di equilibrio statico e dinamico (mantenere un buon equilibrio sia statico che dinamico, eseguire palleggi con entrambi gli arti, eseguire lanci precisi e palleggi, effettuare passaggi precisi da fermo e in movimento...).</p> <p>Affinare capacità di anticipo e scelta e di organizzazione del proprio</p> |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>movimento in base allo spazio agli altri e agli attrezzi usati (Anticipare i propri movimenti intuendo la fine di una traiettoria di un attrezzo o di un movimento di un compagno).</p> |
|--|--|---|

CURRICOLO VERTICALE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

Scuola Primaria- Ed. Fisica- Classi Quarta-Quinta

| NUCLEO TEMATICO: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA | | |
|---|--|--|
| TRAGUARDI DI COMPETENZA | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI DI MASSIMA/GENERALI |
| 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. | Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e di danza, sapendo nel contempo trattenere nel contempo contenuti emozionali. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento semplici coreografie individuali e collettive. | Effettuare semplici balletti, mantenendo ritmo e postura adeguati. Eseguire semplici coreografie individuali e di gruppo da inserire in feste e recite scolastiche. Eseguire semplici coreografie di gruppo tratte dalle danze folk. |

CURRICOLO VERTICALE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

Scuola Primaria- Ed. Fisica- Classi Quarta - Quinta

| NUCLEO TEMATICO: IL GIOCO LO SPORT E IL FAIR-PLAY | | |
|--|---|---|
| TRAGUARDI DI COMPETENZA | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI DI MASSIMA/GENERALI |
| <p>Comprendere, all'interno delle varie occasioni di gioco-sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> | <p>Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco a squadre propedeutici per i principali sport a squadre.</p> <p>Rispettare le regole nella competizione sportiva.</p> <p>Saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> | <p>Eseguire giochi propedeutici al volley, al basket, al calcio</p> <p>Conoscere, rispettare e applicare le regole in situazione di gioco.</p> <p>Acquisire una corretta mentalità nei confronti dell'agonismo e una coscienza dello spirito sportivo sia come spettatore che come protagonista di un evento sportivo.</p> <p>Acquisire e sviluppare qualità personali quali: l'autostima, il coraggio, la lealtà, la disciplina e l'impegno.</p> <p>Acquisire e sviluppare qualità sociali come il senso di responsabilità, collaborazione e solidarietà.</p> |

CURRICOLO VERTICALE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

Scuola Primaria- Ed. Fisica- Classi Quarta - Quinta

| NUCLEO TEMATICO: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA | | |
|---|---|---|
| TRAGUARDI DI COMPETENZA | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI DI MASSIMA/GENERALI |
| Acquisire comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. | <p>Agire rispettando i criteri di base e di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi.</p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche(cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> | <p>Usare le attrezzature in modo adeguato e facendo attenzione a sé e agli altri.</p> <p>Modulare i propri gesti motori anche in situazioni di forte agonismo evitando di rischiare la propria e l'altrui incolumità.</p> <p>Percepire che l'attività ludico-motoria produce uno stato di benessere psico-fisico.</p> <p>Riconoscere le sensazioni propriocettive del nostro corpo dopo uno sforzo fisico prolungato (calore, sudore, battito accelerato, respiro affannoso ...).</p> |