



**ISTITUTO COMPRENSIVO “Lorenzo Lotto”**

# **CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA**

elaborato dai docenti di scuola primaria  
“F. Conti” e “Mestica”  
a.s. 2013/14

coordinatori *Ins.ti*

*Anconetani Fabiana – Ponzetti Cristina*

## ***EDUCAZIONE MOTORIA***

### ***TRAGUARDI PER LO SVILUPPO AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA***

***(tratto dalle "Nuove Indicazioni Ministeriali")***

*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 pratica sportiva.*

*Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.*

*Agisce rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia in 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 e ad un corretto regime alimentare.*

*Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.*

## ***CLASSE PRIMA***

<b>Nuclei fondanti</b>	<b>Contenuti irrinunciabili</b>	<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Competenze in uscita</b>
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	L'alunno dovrà 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.	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.	Riconosce e denomina le varie parti del corpo su se stessi e sui compagni o su una immagine. Sviluppa le capacità senso-percettive. Acquisisce le capacità di orientarsi nello spazio. Possiede un'adeguata coordinazione segmentaria. Sa padroneggiare schemi motori di base. Ha conoscenza del proprio corpo, delle posizioni e dei movimenti nello spazio. Acquisisce il concetto di lateralità.

<p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p>Utilizza il linguaggio corporeo motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le sperienze ritmico-musicali e coreutiche. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p>	<p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. Utilizzare in forme sempre nuove e creative modalità espressive e corporee.</p>	<p>Sa utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni reali e fantastiche. Sa definire correttamente alcuni comandi. Sa acquisire la capacità espressiva nel movimento.</p>
<p><b>IL GIOCO , LO SPORT E LE REGOLE</b></p>	<p>Comprende all'interno delle varie occasioni di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p>	<p>Sa partecipare alle attività di gioco e di gioco-sport. Sa rispettare le regole prestabilite nelle attività svolte in palestra.</p>

		<p>Nella competizione saper accettare la sconfitta con equilibrio, vivere la vittoria con rispetto dei perdenti rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p>	
<p><b>SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p>Conosce il corretto utilizzo per sé e per gli altri delle attrezzature e degli spazi.</p>	<p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni.</p>	<p>Saper utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri attrezzature e spazi.</p>

## ***CLASSE SECONDA***

<b>Nuclei fondanti</b>	<b>Contenuti irrinunciabili</b>	<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Competenze in uscita</b>
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	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.	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.	Riconosce e denomina le varie parti del corpo su se stessi e sui compagni o su una immagine. Riconosce la destra e la sinistra sul proprio corpo e sugli altri. Combina movimenti utilizzando il corpo globalmente o i singoli segmenti. Sa muoversi nello spazio tenendo conto degli oggetti e dei compagni. Scopre e apprende il concetto di durata attraverso il movimento. Sa sviluppare la capacità di ricevere e lanciare una palla.

<p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p>Utilizza il linguaggio corporeo motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p>	<p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. Utilizzare in forme sempre nuove e creative modalità espressive e corporee.</p>	<p>Sa muoversi nello spazio seguendo un ritmo. Ha imparato a muoversi in contesti definiti, in modo personale e non stereotipato per comunicare una situazione o per esprimere un'emozione. Sa utilizzare la propria spontaneità attraverso attività di animazione gestuale.</p>
<p><b>IL GIOCO , LO SPORT E LE REGOLE</b></p>	<p>Comprende all'interno delle varie occasioni di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. Nella competizione saper accettare la sconfitta con equilibrio, vivere la vittoria con</p>	<p>Sa partecipare alle attività di gioco e di gioco-sport. Sa rispettare le regole prestabilite nelle attività svolte in palestra.</p>

		rispetto dei perenti rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	
<b>SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	Conosce il corretto utilizzo per sé e per gli altri delle attrezzature e degli spazi.	Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni.	Saper utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri attrezzature e spazi.



## ***CLASSE TERZA***

<b>Nuclei fondanti</b>	<b>Contenuti irrinunciabili</b>	<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Competenze in uscita</b>
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	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 ecc...).</p> <p>Riconoscere e produrre semplici sequenze ritmiche con il corpo e con gli attrezzi.</p> <p>Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p>	<p>Riconosce, individua e denomina con sicurezza le diverse parti del corpo.</p> <p>Utilizza correttamente gli schemi motori di base e di successione ed in interazione fra loro.</p>

		<p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e a strutture ritmiche.</p>	
<p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p>Utilizza il linguaggio corporeo motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e sportivi, individuali e di squadra, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del valore delle regole e dell'importanza di rispettarle.</p>	<p>Ha imparato a muoversi in contesti definiti, in modo personale e non stereotipato per comunicare una situazione o per esprimere un'emozione.</p>

	<p>Sperimenta una pluralità di esperienze che gli permettono di conoscere e di apprezzare molteplici discipline sportive.</p>		<p>Sa utilizzare la propria spontaneità attraverso attività di animazione gestuale.</p>
<p><b>IL GIOCO , LO SPORT E LE REGOLE</b></p>	<p>Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle nella consapevolezza che la correttezza ed il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto</p>	<p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Nella competizione saper accettare la sconfitta con equilibrio, vivere la vittoria con rispetto dei perdenti rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p>	<p>Utilizza efficacemente le abilità motorie funzionali all'esperienza di gioco-sport.</p> <p>Sa rispettare le regole prestabilite nelle attività svolte in palestra.</p>

	di ogni esperienza ludico-sportiva.		
<b>SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.	<p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere fisico.</p> <p>Assumere comportamenti igienici e salutistici.</p> <p>Rispettare regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti.</p>	<p>Prendere consapevolezza del rapporto tra alimenti sani, crescita e benessere psico-fisico.</p> <p>Arrivare ad acquisire regole di comportamento per un utilizzo corretto degli attrezzi per salvaguardare quindi la sicurezza propria ed altrui.</p>

## ***CLASSE QUARTA***

<b>Nuclei fondanti</b>	<b>Contenuti irrinunciabili</b>	<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Competenze in uscita</b>
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare ecc...).</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali sapendo organizzare il proprio corpo nello spazio.</p>	<p>Saper utilizzare correttamente gli schemi motori di base e di successione ed in interazione fra loro.</p> <p>Eseguire semplici progressioni motorie, utilizzando codici espressivi diversi.</p>

<p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p>Essere in grado di utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali.</p>	<p>Utilizzare in forma creativa e originale, modalità espressive corporee, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Imparare ad utilizzare il proprio corpo per esprimere emozioni e sensazioni vissute, in modo personale e creativo.</p> <p>Saper eseguire semplici sequenze di movimenti e/o coreografie su imitazione o liberamente.</p>
<p><b>IL GIOCO , LO SPORT E LE REGOLE</b></p>	<p>Essere in grado di comprendere, all'interno di varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di</p>	<p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p>	<p>Imparare ad utilizzare efficacemente le abilità motorie funzionali all'esperienza di gioco-sport.</p>

	rispettarle.		Saper rispettare le regole prestabilite nelle attività ludico-sportive, organizzate anche in forma di gara.
<b>SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	Essere in grado di riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico, legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.	Conoscere il giusto rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.	Prendere consapevolezza del rapporto tra alimenti sani, crescita e benessere psico-fisico.

## ***CLASSE QUINTA***

<b>Nuclei fondanti</b>	<b>Contenuti irrinunciabili</b>	<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Competenze in uscita</b>
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro, inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea ( correre, saltare, afferrare, lanciare ecc...).</p> <p>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.</p>	<p>Saper utilizzare consapevolmente le proprie capacità motorie e modularne le intensità di carichi, valutando anche le capacità degli altri.</p> <p>Riuscire a migliorare il controllo del proprio corpo durante le attività di movimento ( la respirazione, la frequenza cardiaca, il tono muscolare ).</p>



<b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</b>	Sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.	Utilizzare in forma creativa e originale, modalità espressive e corporee, anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.  Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	Eseguire movimenti ritmati e adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse.  Saper eseguire semplici sequenze di movimenti e/o coreografie su imitazione o liberamente e su basi musicali,
--	--	---	--

<p><b>IL GIOCO , LO SPORT E LE REGOLE</b></p>	<p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenza di "gioco-sport", anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p>	<p>Padroneggiare le capacità di coordinamento, adattandole alle situazioni richieste dal gioco, in forma originale e creativa, proponendo anche variabili.</p> <p>Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco adottate dalla squadra, mettendo in atto comportamenti collaborativi.</p> <p>Gestire in modo consapevole gli eventi delle gare, con autocontrollo e rispetto dell'altro, sia in caso di vittoria che di sconfitta.</p>	<p>Conoscere e apprendere alcune abilità relative alle differenti specialità sportive ( pallavolo, basket, judo, rugby, tennis, ecc....).</p> <p>Eseguire le attività proposte utilizzando tecniche di sperimentazione per migliorare le proprie capacità.</p> <p>Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati.</p>
---	---	---	---

		<p>Decodificare i gesti di compagni ed avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati.</p>	<p>Cooperare nel gruppo, confrontandosi lealmente, anche in una competizione con i compagni. Interagire con gli altri valorizzando le diversità.</p>
<p><b>SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p>Agisce, rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenze nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p>	<p>Disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi, salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p>	<p>Arrivare ad acquisire regole di comportamento per un utilizzo corretto degli attrezzi per salvaguardare quindi la sicurezza propria ed altrui.</p>

	<p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al benessere psico-fisico, legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.</p>	<p>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare le tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>Assumere comportamenti funzionali rispetto al verificarsi di possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica, riconoscendone i benefici.</p>	<p>Riuscire a controllare tecniche respiratorie a conclusione dell'esercizio fisico.</p> <p>Riuscire ad acquisire regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni in casa, a scuola, in strada.</p> <p>Saper eseguire attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica, riconoscendone i benefici.</p>
--	--	--	---

		Acquisire le regole di una corretta alimentazione, per migliorare il benessere psico-fisico.	Riuscire ad acquisire le regole di una corretta alimentazione in relazione a sani stili di vita.
--	--	--	--