



**SCUOLA D'INFANZIA**

CLASSE: TRE ANNI

DISCIPLINA: IL CORPO E IL MOVIMENTO

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
<p>C.eM. 1 IL BAMBINO VIVE PIENAMENTE LA PROPRIA CORPOREITÀ, NE PERCEPISCE IL POTENZIALE COMUNICATIVO ED ESPRESSIVO, MATURA CONDOTTE CHE GLI CONSENTONO UNA BUONA AUTONOMIA NELLA GESTIONE DELLA GIORNATA A SCUOLA.</p>	<p>Riconoscere le principali emozioni espresse attraverso il corpo.</p>	<p>Lettura di storie.</p> <p>Giochi di ruolo.</p> <p>Semplici drammatizzazioni.</p>
<p>C.eM. 2 RICONOSCE I SEGNALI E I RITMI DEL PROPRIO CORPO, LE DIFFERENZE SESSUALI E DI SVILUPPO E ADOTTA PRATICHE CORRETTE DI CURA DI SÉ, DI IGIENE E DI SANA ALIMENTAZIONE.</p>	<p>Riconoscere la propria identità sessuale.</p> <p>Vivere con serenità il momento del pasto e del sonno.</p> <p>Acquisire autonomia nella cura della propria persona.</p> <p>Utilizzare i sensi per la conoscenza della realtà.</p>	<p>Conversazioni a piccolo e grande gruppo.</p> <p>Utilizzo di libri a tema.</p>
<p>C.eM. 3 PROVA PIACERE NEL MOVIMENTO E SPERIMENTA SCHEMI POSTURALI E MOTORI, LI APPLICA NEI GIOCHI INDIVIDUALI E DI GRUPPO, ANCHE CON L'USO DI PICCOLI ATTREZZI, ED È IN GRADO DI ADATTARLI ALLE SITUAZIONI AMBIENTALI ALL'INTERNO DELLA SCUOLA E ALL'APERTO.</p>	<p>Muoversi in modo spontaneo e guidato nei diversi ambienti e nelle varie situazioni.</p> <p>Sviluppare gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare, arrampicarsi, lanciare.</p>	<p>Giochi di movimento con regole.</p>

<p>C.eM.4          CONTROLLA L'ESECUZIONE DEL GESTO, VALUTA IL RISCHIO, INTERAGISCE CON GLI ALTRI NEI GIOCHI DI MOVIMENTO, NELLA DANZA, NELLA COMUNICAZIONE ESPRESSIVA.</p>	<p>Sviluppare la motricità fine.           Coordinare i propri movimenti muovendosi con sicurezza.</p>	<p>Giochi di movimento.           Canzoncine e semplici danze.           Attività manuali varie: appallottolare, strappare, piegare...</p>
<p>C.eM.5          RICONOSCE IL PROPRIO CORPO, LE SUE DIVERSE PARTI E RAPPRESENTA IL CORPO FERMO E IN MOVIMENTO.</p>	<p>Conoscere e indicare su sé e gli altri le principali parti del corpo.</p>	<p>Giochi allo specchio.           Giochi strutturati e non.</p>

**SCUOLA D'INFANZIA**

CLASSE: QUATTRO ANNI

DISCIPLINA: IL CORPO E IL MOVIMENTO

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
<b>C.eM. 1</b> IL BAMBINO VIVE PIENAMENTE LA PROPRIA CORPOREITÀ, NE PERCEPISCE IL POTENZIALE COMUNICATIVO ED ESPRESSIVO, MATURA CONDOTTE CHE GLI CONSENTONO UNA BUONA AUTONOMIA NELLA GESTIONE DELLA GIORNATA A SCUOLA.	Interpretare con il corpo le emozioni. Rafforzare l'autocontrollo motorio. Orientarsi in modo autonomo negli spazi scolastici.	Lettura di storie. Giochi di ruolo. Semplici drammatizzazioni. Semplici cacce al tesoro. Semplici percorsi seguendo la consegna data.
<b>C.eM. 2</b> RICONOSCE I SEGNALI E I RITMI DEL PROPRIO CORPO, LE DIFFERENZE SESSUALI E DI SVILUPPO E ADOTTA PRATICHE CORRETTE DI CURA DI SÉ, DI IGIENE E DI SANA ALIMENTAZIONE.	Riconoscere le differenze sessuali e scoprire diversità e somiglianze tra sé e gli altri. Mostrare cura per gli oggetti di uso personale. Interiorizzare corrette regole alimentari. Essere attento alla cura della propria persona. Utilizzare i sensi per la conoscenza della realtà.	Giochi a piccolo e grande gruppo. Cura per gli oggetti personali. Sperimentazioni con l'uso dei sensi. Drammatizzazioni.
<b>C.eM. 3</b> PROVA PIACERE NEL MOVIMENTO E SPERIMENTA SCHEMI POSTURALI E MOTORI, LI APPLICA NEI GIOCHI INDIVIDUALI E DI GRUPPO, ANCHE CON L'USO DI PICCOLI ATTREZZI, ED È IN GRADO DI ADATTARLI ALLE SITUAZIONI AMBIENTALI ALL'INTERNO DELLA SCUOLA E	Controllare i movimenti segmentari e globali. Affinare gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare, arrampicarsi, lanciare. Condividere momenti di gioco motorio.	Esperienze motorie globali: strisciare, correre, saltare... Esperienze motorie segmentarie: lanciare, afferrare, calciare... Giochi di gruppo.

ALL'APERTO.	Partecipare con piacere alle attività libere e guidate.	
<p>C.eM.4          CONTROLLA L'ESECUZIONE DEL GESTO, VALUTA IL RISCHIO, INTERAGISCE CON GLI ALTRI NEI GIOCHI DI MOVIMENTO, NELLA DANZA, NELLA COMUNICAZIONE ESPRESSIVA.</p>	<p>Controllare l'intensità del movimento nell'interazione con gli altri.</p> <p>Esercitare la motricità fine.</p> <p>Rafforzare la coordinazione oculo-manuale.</p>	<p>Semplici giochi di destrezza e agilità.</p> <p>Manualità fine: piegare, strappare, appallottolare...</p>
<p>C.eM.5          RICONOSCE IL PROPRIO CORPO, LE SUE DIVERSE PARTI E RAPPRESENTA IL CORPO FERMO E IN MOVIMENTO.</p>	<p>Conoscere, denominare e rappresentare lo schema corporeo nelle sue parti principali.</p>	<p>Rappresentazione grafica del corpo nelle sue parti.</p> <p>Giochi strutturati e non.</p>

**SCUOLA D'INFANZIA**

CLASSE: CINQUE ANNI

DISCIPLINA: IL CORPO E IL MOVIMENTO

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
<p>C.eM. 1 IL BAMBINO VIVE PIENAMENTE LA PROPRIA CORPOREITÀ, NE PERCEPISCE IL POTENZIALE COMUNICATIVO ED ESPRESSIVO, MATURA CONDOTTE CHE GLI CONSENTONO UNA BUONA AUTONOMIA NELLA GESTIONE DELLA GIORNATA A SCUOLA.</p>	<p>Comunicare con il corpo le emozioni e interpretare quelle altrui.</p> <p>Consolidare la coscienza di sé.</p> <p>Collocare se stesso in base a parametri spaziali.</p>	<p>Movimenti nello spazio in base ad azioni, comandi, suoni, rumori, musica...</p> <p>Drammatizzazioni.</p> <p>Cacce al tesoro.</p> <p>Giochi di ruolo.</p> <p>Lecture di libri.</p>
<p>C.eM. 2 RICONOSCE I SEGNALI E I RITMI DEL PROPRIO CORPO, LE DIFFERENZE SESSUALI E DI SVILUPPO E ADOTTA PRATICHE CORRETTE DI CURA DI SÉ, DI IGIENE E DI SANA ALIMENTAZIONE.</p>	<p>Consolidare la propria identità sessuale.</p> <p>Curare in autonomia la propria persona, gli oggetti personali, l'ambiente e i materiali comuni.</p> <p>Interiorizzare l'importanza di una alimentazione corretta.</p> <p>Percepire il proprio corpo attraverso l'esperienza sensoriale percettiva.</p>	<p>Pratiche corrette di cura personale attraverso le routine quotidiane.</p> <p>Cura di oggetti personali e comuni e di ambienti.</p> <p>Giochi sensoriali.</p>
<p>C.eM. 3 PROVA PIACERE NEL MOVIMENTO E SPERIMENTA SCHEMI POSTURALI E MOTORI, LI APPLICA NEI GIOCHI INDIVIDUALI E DI GRUPPO, ANCHE CON L'USO DI PICCOLI ATTREZZI, ED È IN GRADO DI ADATTARLI ALLE SITUAZIONI AMBIENTALI</p>	<p>Coordinare le azioni motorie segmentarie e globali.</p> <p>Provare piacere nel partecipare alle varie attività motorie.</p>	<p>Attività psico-motorie per il coordinamento globale e segmentario.</p> <p>Giochi di coppia e di gruppo.</p>

<p>ALL'INTERNO DELLA SCUOLA E ALL'APERTO.</p>	<p>Acquisire una buona lateralizzazione.</p> <p>Affinare e consolidare la motricità fine.</p> <p>Precisare gli schemi motori di base.</p> <p>Condividere momenti di gioco motorio all'aperto.</p> <p>Sviluppare il senso della competizione e accettare le sconfitte.</p>	
<p><b>C.eM.4</b>          CONTROLLA L'ESECUZIONE DEL GESTO, VALUTA IL RISCHIO, INTERAGISCE CON GLI ALTRI NEI GIOCHI DI MOVIMENTO, NELLA DANZA, NELLA COMUNICAZIONE ESPRESSIVA.</p>	<p>Controllare l'intensità del movimento nell'interazione con gli altri.</p> <p>Accettare, rispettare ed usare regole nei giochi di movimento.</p>	<p>Giochi di destrezza e agilità.</p> <p>Giochi di equilibrio.</p>
<p><b>C.eM.5</b>          RICONOSCE IL PROPRIO CORPO, LE SUE DIVERSE PARTI E RAPPRESENTA IL CORPO FERMO E IN MOVIMENTO.</p>	<p>Conoscere, denominare e rappresentare lo schema corporeo fermo e in movimento.</p>	<p>Rappresentazione grafica del corpo nelle sue diverse parti.</p> <p>Rappresentazione di posture statiche e in movimento.</p>

SCUOLA: PRIMARIA  
 CLASSE: I BIENNIO (CLASSI PRIMA E SECONDA)  
 DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
<b>NUCLEO FONDANTE: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>		
<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</p>	<p>Collegare e coordinare in modo adeguato le diverse posizioni che il corpo può assumere in rapporto allo spazio e al tempo.</p>	<p>Riconoscimento e denominazione delle varie parti del corpo su di sé e sugli altri.          Descrizioni orali di esercizi da proporre.          Rappresentazione grafica del corpo fermo e in movimento.</p>
<p>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso.</p>	<p>Saper eseguire esercizi di coordinazione dei diversi schemi motori combinati tra loro.</p>	<p>Riconoscimento e classificazione, memorizzazione e rielaborazione delle informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche).          Attività di interpretazione e coordinazione delle informazioni provenienti dagli organi di senso: contrazione – rilassamento, azione – riposo.</p>
<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro.</p>	<p>Saper eseguire esercizi di equilibrio statico-dinamico.</p>	<p>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.          Coordinazione e utilizzazione dei diversi schemi motori combinati tra di loro: andature, correre, afferrare, lanciare...</p>
<p>Saper controllare le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p>	<p>Adattarsi alle variabili spaziali e temporali.</p>	<p>Gestione delle condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.          Organizzazione e gestione dell'orientamento del proprio corpo, in riferimento alle principali coordinate spazio temporali, contemporaneità, successione e reversibilità.</p>
<p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali e a strutture ritmiche.</p>	<p>Saper padroneggiare schemi motori e posturali.</p>	<p>Riproduzione di semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e attrezzi.          Gestione di schemi motori posturali combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare...)          Riconoscimento e riproduzione di semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con</p>

<p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche.</p>		<p>attrezzi muovendosi con scioltezza, destrezza e disinvoltura.  Gestione delle capacità di differenziazione spaziale e di orientamento.  Gestione dell'equilibrio statico e dinamico.  Gestione delle fantasie motorie.  Gestione della lateralità.  Gestione della capacità di differenziazione temporale.</p>
<p><b>NUCLEO FONDANTE: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>		
<p>Utilizzare la gestualità fisico-motoria con piccoli attrezzi e nelle attività ludiche, manipolative e grafico-pittoriche.</p>	<p>Utilizza 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>Danza.  Drammatizzazione.</p>

**NUCLEO FONDANTE: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**

<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento.</p> <p>Assumere un atteggiamento di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, nel rispetto delle regole.</p>	<p>Partecipare attivamente al gioco.</p> <p>Impegnarsi con entusiasmo per sperimentare una pluralità di esperienze ludico-sportive.</p> <p>Sperimentare in modo sempre più complesso diverse gestualità tecnico-motorie.</p> <p>Essere corretti con gli altri e voler essere rispettati.</p> <p>Essere consapevoli delle proprie e altrui competenze e limiti.</p> <p>Rispettare il proprio turno.</p> <p>Comprendere l'importanza di rispettare le regole nel gioco e nello sport.</p>	<p>Esecuzione di numerosi giochi: di movimento, tradizionali e pre-sportivi, individuali e di squadra.</p> <p>Assunzione di atteggiamenti positivi e di fiducia verso il proprio corpo.</p> <p>Esercizio della volontà per migliorare le proprie prestazioni motorie.</p> <p>Accettazione dei propri limiti.</p> <p>La sconfitta, il rispetto dell'avversario.</p> <p>Cooperazione e interazione positiva con i compagni.</p> <p>Valorizzazione delle diversità.</p> <p>Il valore delle regole.</p> <p>Conoscenza, applicazione e rispetto delle regole.</p>
---	---	--

**NUCLEO FONDANTE: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA**

<p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività per percepire sensazioni di benessere.</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico - motoria.</p>	<p>Adottare comportamenti corretti e sicuri in aula, in palestra: cambiarsi le scarpe, la maglietta, portare una merenda adeguata, lavarsi le mani...</p> <p>Muoversi nell'ambiente scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.</p>	<p>Conoscenza ed utilizzo degli attrezzi e degli spazi di attività in modo corretto e appropriato.</p> <p>Utilizzo corretto e sicuro per sé e per i compagni di spazi di attività e attrezzature.</p> <p>Percezione e riconoscimento di sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria.</p>
---	---	---

SCUOLA: PRIMARIA  
 CLASSE: II BIENNIO (CLASSI SECONDA E TERZA)  
 DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
<b>NUCLEO FONDANTE: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>		
<p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'esercizio fisico.</p> <p>Modulare e controllare l'impiego delle capacità condizionandole e adeguandole all'intensità e alla durata dell'attività.</p> <p>Organizzare rendimenti motori sempre più complessi coordinando diversi schemi di movimento.</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali dei comportamenti motori, organizzando il proprio movimento, nello spazio in relazione a diverse variabili.</p>	<p>Utilizzare correttamente la respirazione.</p> <p>Modulare la forza, la resistenza e la velocità.</p> <p>Acquisire consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo.</p> <p>Utilizzare in modo consapevole e combinato sia le diverse posizioni che il corpo può assumere che gli schemi motori, finalizzandoli alle diverse situazioni.</p> <p>Risolvere in modo creativo problemi motori.</p> <p>Eeguire in modo sempre più preciso il gesto motorio.</p> <p>Riconoscere i propri errori e cercare di correggerli.</p> <p>Padroneggiare schemi motori e posturali sapendoli adattare alle variabili spaziali e temporali.</p>	<p>Acquisizione della consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e muscolari) ed i loro cambiamenti in relazione e conseguenti all'esercizio fisico.</p> <p>La respirazione.</p> <p>Il tono muscolare.</p> <p>Uso consapevole delle proprie capacità motorie.</p> <p>Modulazione e controllo delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità) adeguandole all'intensità e alla durata del compito motorio.</p> <p>Adeguamento dell'intensità dei carichi sulla base delle variazioni fisiologiche dovute all'esercizio.</p> <p>Autovalutazione della propria prestazione motoria.</p> <p>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione.</p> <p>Schemi motori e posturali in situazione combinata, simultanea e in successione:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esercizi di orientamento</li> <li>- Corsa</li> <li>- Salto</li> <li>- Lancio</li> <li>- Palleggio</li> <li>- Coordinazione e lateralità</li> <li>- Esercizi di equilibrio</li> </ul> <p>Collegamento e coordinazione di abilità motorie a situazioni esecutive sempre più complesse.</p>

		<p>Gestione e sperimentazione delle proprie capacità motorie.</p> <p>Coordinazione della gestualità fino-motoria (oculo-manuale e podalica).</p> <p>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><b>NUCLEO FONDANTE: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>		
<p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione.</p> <p>Elaborare semplici coreografie o sequenze di movimento.</p>	<p>Esprimere e comunicare con il proprio corpo varie tipologie di gioco.</p> <p>Saper comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali.</p>	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa espressiva.</p> <p>Utilizzazione in forma originale e creativa di modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione sapendo trasmettere nel contempo contenuti ed emozioni.</p> <p>Elaborazione di semplici coreografie o sequenze di movimenti utilizzando brani musicali o strutture ritmiche.</p> <p>Applicazione ed elaborazioni di semplici coreografie e/o progressioni motorie.</p> <p>Applicazione e collegamento in forma originale e creativa di un'ampia gamma di codici espressivi.</p>

NUCLEO FONDANTE: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di molteplici discipline sportive.

Partecipare attivamente a diversi giochi, anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta e rispettando le regole.

Partecipare in modo consapevole al gioco.

Rispettare le regole.

Rispettare il proprio turno.

Cooperare con gli altri.

Accettare le decisioni arbitrali e la sconfitta.

Applicare e rispettare le indicazioni e le regole dei giochi motori, tradizionali, e di giochi sportivi.

Interagire e cooperare nel gruppo, confrontandosi lealmente con gli altri.

Partecipare attivamente ai giochi motori, tradizionali, sportivi e di gioco sport, collaborando con gli altri.

Accettare le decisioni arbitrali e la sconfitta.

Accogliere le diversità.

Manifestare il senso di responsabilità.

Conoscere i principali elementi semplificati di molteplici discipline sportive.

Assumere un atteggiamento consapevole verso il gioco, accettando i propri limiti.

Conoscenza e applicazione dei principali elementi tecnici semplificati e di molteplici discipline sportive.

Giochi con indicazioni e regole.

Partecipazione attiva ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara.

Giochi motori, tradizionali, e di giochi sportivi e di gioco-sport.

Principali elementi semplificati di molteplici discipline sportive.

NUCLEO FONDANTE: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza.

Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo comportamenti e stili di vita salutistici.

Adottare semplici comportamenti igienico alimentari in aula, in palestra: cambiarsi le scarpe, la maglietta, portare una merenda adeguata.

Saper muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.

Sicurezza e prevenzione, salute e benessere.

Assunzione dei comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

Riconoscimento del rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.

Applicazione e collegamento di comportamenti igienici e salutistici nella vita quotidiana.

Applicazione e rispetto delle regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita, anche in quello stradale.

Riconoscimento, utilizzazione e applicazione del rapporto tra alimentazione, esercizio fisico, salute e benessere.

SCUOLA: PRIMARIA  
 CLASSE: MONOENNIO (CLASSE QUINTA)  
 A) DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
<b>NUCLEO FONDANTE: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>		
<p>Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro.</p> <p>Saper controllare le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p>	<p>Acquisire i concetti topologici: collocarsi in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o oggetti.</p> <p>Utilizzare gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali.</p> <p>Saper spostarsi utilizzando attrezzi.</p> <p>Saper eseguire giochi di movimento utilizzando la palla.</p> <p>Saper eseguire diverse andature mantenendosi in equilibrio, anche utilizzando attrezzi.</p>	<p>Esecuzione dei seguenti movimenti: passare sopra e sotto, saltare, strisciare, rotolare sopra e sotto, vicino e lontano, avanti e dietro, destra e sinistra, prima e dopo.</p> <p>Giochi di spostamento con l'utilizzo di attrezzi.</p> <p>Attività di coordinazione motoria.</p> <p>Giochi di movimento individuali e a coppie o a squadre con la palla.</p> <p>Utilizzo della palla.</p> <p>Esecuzione di diverse andature per mantenersi in equilibrio, anche con il supporto di attrezzi.</p>

**NUCLEO FONDANTE: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA**

<p>Utilizzare corpo e movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo ed emozioni.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali.</p>	<p>Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni reali e fantastiche.</p> <p>Esprimersi e comunicare con il proprio corpo.</p> <p>Comprendere il linguaggio dei gesti.</p> <p>Esprimere i propri stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali.</p> <p>Prestare attenzione ed interagire in modo costruttivo.</p> <p>Saper collaborare.</p>	<p>Utilizzo del corpo per rappresentare situazioni comunicative diverse (reali, fantastiche, emotive...).</p> <p>Giochi imitativi (mestieri, film...).</p> <p>Giochi di movimento con la musica, coordinando alcune parti del corpo.</p> <p>Ritmo, forte – piano, veloce – lento...</p> <p>Ascolto e collaborazione (cooperative learning).</p> <p>Giochi a coppie e a gruppi.</p>
---	---	--

**NUCLEO FONDANTE: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**

<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi.</p> <p>Cooperare e interagire positivamente con gli altri.</p>	<p>Partecipare al gioco rispettando indicazioni e regole.</p> <p>Sperimentare diverse gestualità tecniche.</p> <p>Comprendere il valore delle regole.</p> <p>Assumere un atteggiamento di fiducia nelle proprie capacità.</p> <p>Saper interagire positivamente con gli altri.</p> <p>Maturare consapevolezza delle proprie e altrui competenze.</p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.</p> <p>Conoscenza e applicazione corretta di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra.</p> <p>Consapevolezza del valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Assunzione di un atteggiamento positivo verso il proprio corpo.</p> <p>Accettazione dei propri limiti cooperando e interagendo positivamente con gli altri.</p>
--	--	--

NUCLEO FONDANTE: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività per percepire sensazioni di benessere.

Assumere comportamenti adeguati e corretti.

Assumere comportamenti igienico-alimentari corretti.

Muoversi nell'ambiente scolastico rispettando criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

Utilizzo di attrezzi e degli spazi in modo corretto ed appropriato.

Percezione e riconoscimento delle sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria.

Adozione di adeguati comportamenti igienico-alimentari in aula e in palestra: cambiarsi le scarpe, la maglietta, portare una merenda adeguata, lavarsi le mani...

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO

CLASSE: PRIMA

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
Utilizzare efficacemente le proprie capacità in condizioni facili e normali di esecuzione (reazione motoria orientamento).	Consolidamento delle capacità coordinative: - accoppiamento e coordinazione dei movimenti - equilibrio - ritmo.	Esercizi di motricità fine e globale.
Utilizzare consapevolmente piani di lavoro razionali per l'incremento delle capacità condizionali.	Livello di sviluppo e tecniche di miglioramento delle capacità condizionali: - forza: modulare e distribuire il carico motorio secondo i corrispettivi parametri fisiologici, rispettando le pause di recupero; - rapidità – resistenza – mobilità; - presa di coscienza del proprio stato di efficienza fisica.	Esercizi di deambulazione con ostacoli determinati.  Movimento percorso con ritmo dettato dall'insegnante.

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO

CLASSE: SECONDA

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
Utilizzare efficacemente le proprie capacità in condizioni facili e normali di esecuzione (reazione motoria orientamento).	Rapporto tra prontezza di riflessi e una situazione di benessere fisico: partecipare attivamente ai giochi sportivi collaborando con gli altri, accettando la sconfitta.	Esercizi di coordinazione spazio-temporale con piccoli attrezzi.  Giochi individuali e di coppia con e senza attrezzi.
Utilizzare consapevolmente piani di lavoro razionali per l'incremento delle capacità condizionali.	Effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie.	Movimenti di resistenza con percezione del proprio ritmo cardiaco.  Esercizi di respirazione toracica e diaframmatica.

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO  
 CLASSE: TERZA  
 DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI per lo sviluppo delle competenze	OBIETTIVI di apprendimento	CONTENUTI
Riconoscere il corretto rapporto tra esercizio fisico – alimentazione – benessere.	Fase di sviluppo della disponibilità variabile: organizzare attività motorie e coordinare vari schemi di movimento in simultaneità e successione.	Esercizi di conoscenza della nuova fase.  Esercizi in coppia e di gruppo per orientarsi nello spazio e nel tempo.
Mettere in atto comportamenti corretti e acquisire le capacità di rispettare l'altro e di assumersi responsabilità.	Fantasia motoria.	Esercitazioni e giochi di squadra con regole specifiche.
Utilizzare le abilità apprese in situazioni ambientali diverse in contesti problematici, non solo in ambito sportivo.	Rapporto tra l'attività fisica e i cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza: mettere in atto, nel gioco e nella vita, comportamenti equilibrati da un punto di vista fisico.	Esercizi e giochi di squadra con regole.  Esercizi per la percezione della propria energia corporea.
Conoscere le varie malformazioni fisiche ed effettuare tecniche visive di controllo ed esercizi di prevenzione.	Saper accettare il diverso nelle varie esercitazioni di squadra.	Esercizi posturali preventivi.  Movimenti aerobici combinati.  Esercizi intervallati con attività di movimento aerobico.