

EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA








- 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 base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che 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.

SEZIONE A: Traguardi formativi

FINE SCUOLA PRIMARIA: COMPETENZE SPECIFICHE

- Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse
- Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune
- Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo
- Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita

	ABILITA' (OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO)
FINE SCUOLA PRIMARIA	<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i>
	<ul style="list-style-type: none">🎨 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.
	<i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i>
	<ul style="list-style-type: none">🎨 Utilizzare in forma originale e creativa 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

FINE SCUOLA PRIMARIA	<i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i>
	<ul style="list-style-type: none">  Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.  Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.  Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.  Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.
	<i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i>
	<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, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.  Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.
	CONOSCENZE
	Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia. Regole fondamentali di alcune discipline sportive.

SEZIONE B: Evidenze e compiti significativi

Evidenze

Coordina azioni e schemi motori e utilizza strumenti ginnici

Partecipa a giochi rispettando le regole e gestendo ruoli ed eventuali conflitti

Utilizza il movimento come espressione di stati d'animo diversi

Assume comportamenti corretti dal punto di vista igienico – sanitario e della sicurezza di sé e degli altri

Compiti significativi

Partecipare a eventi ludici e sportivi rispettando le regole e tenendo comportamenti improntati a fair-play, lealtà e correttezza

Rappresentare drammatizzazioni attraverso il movimento, la danza, l'uso espressivo del corpo

Effettuare giochi di comunicazione non verbale

Costruire decaloghi, schede, vademecum relativi ai corretti stili di vita per la conservazione della propria salute e dell'ambiente

SEZIONE C: Livelli di padronanza alla fine della Scuola Primaria

A (9-10)	B (7-8)	C (6)
L'alunno coordina con efficacia varie abilità motorie in molteplici situazioni, controllando il proprio corpo nelle sue relazioni con spazio e tempo	coordina varie abilità motorie in molteplici situazioni e controlla il proprio corpo nelle sue relazioni con spazio e tempo	coordina le abilità motorie di base in alcune situazioni, controllando globalmente il proprio corpo nelle sue relazioni con spazio e tempo
collabora attivamente alla	collabora attivamente alla	guidato, collabora alla riuscita

riuscita del gioco con contributi personali, rispetta le regole, i ruoli e i compagni e accetta gli esiti del gioco con equilibrio	riuscita del gioco, segue le regole e accetta i ruoli, i compagni e gli esiti del gioco	del gioco, rispetta globalmente le regole, i ruoli e i compagni e accetta gli esiti del gioco
adotta autonomamente i principali comportamenti rispetto alla sicurezza e alla salute	assume comportamenti corretti rispetto alla sicurezza e alla salute	guidato, segue i principali comportamenti rispetto alla sicurezza e alla salute

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE ALLA FINE DEL PRIMO CICLO











- L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.
- Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.
- Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.
- Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.
- È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

SEZIONE A: Traguardi formativi

FINE SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO: COMPETENZE SPECIFICHE

- Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse.
- Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole.
- Assumere la responsabilità delle proprie azioni.
- Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.
- Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza e alla prevenzione.

FINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO	ABILITA' (OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO)
	<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i>
	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. ✚ Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. ✚ Utilizzare le variabili spazio-temporali in funzione alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. ✚ Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole)
	<i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i>
	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare stati d'animo mediante gestualità svolte in forma di gruppo. ✚ Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. ✚ Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.

FINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO	<i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i>
	<ul style="list-style-type: none">  Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco.  Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.  Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.  Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.
	<i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i>
	<ul style="list-style-type: none">  Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.  Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta.  Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.  Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.  Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica.  Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, o di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).
	CONOSCENZE
	Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia. Regole fondamentali di alcune discipline sportive

SEZIONE B: Evidenze e compiti significativi

Evidenze

Coordina azioni e schemi motori e utilizza strumenti ginnici.

Partecipa a giochi rispettando le regole e gestendo ruoli ed eventuali conflitti

Utilizza il movimento come espressione di stati d'animo diversi

Assume comportamenti corretti dal punto di vista igienico – sanitario e della sicurezza di sé e degli altri

Compiti significativi

Partecipare a eventi ludici e sportivi rispettando le regole e tenendo comportamenti improntati a fair-play, lealtà e correttezza.

Rappresentare drammatizzazioni attraverso l'uso espressivo del corpo.

Effettuare giochi di comunicazione non verbale.

Costruire schede relativi ai corretti stili di vita per la conservazione della propria salute e dell'ambiente.

SEZIONE C: Livelli di padronanza alla fine della scuola secondaria di primo grado

A (9-10)	B (7-8)	C (6)
L'alunno padroneggia azioni motorie complesse in situazioni variabili con soluzioni personali.	Utilizza situazioni motorie in situazioni combinate.	Controlla azioni motorie in situazioni semplici
Padroneggia molteplici	Utilizza i linguaggi specifici,	Guidato utilizza alcuni

linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi, trasmettendo contenuti emozionali.	comunicativi ed espressivi in modo personale.	linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato.
Nel gioco e nello sport padroneggia abilità tecniche e sceglie nella cooperazione soluzioni tattiche in modo personale, dimostrando fair play.	Nel gioco e nello sport utilizza abilità tecniche rispettando le regole e collabora, mettendo in atto comportamenti corretti.	Nel gioco e nello sport conosciuti utilizza alcune abilità tecniche e guidato, collabora rispettando le regole principali.
Applica autonomamente comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale ed è consapevole del benessere legato alla pratica motoria.	Applica comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale e il benessere.	Guidato applica i comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere.