

**CURRICOLO QUINQUENNALE**  
**Istituto Comprensivo Cavour - Pavia**

**EDUCAZIONE FISICA**

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE 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 giocosport 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.

**CURRICOLO QUINQUENNALE – Istituto Comprensivo Cavour - Pavia**

**EDUCAZIONE FISICA**

**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

	CL. 1 <sup>^</sup>	CL. 2 <sup>^</sup>	CL. 3 <sup>^</sup>	CL. 4 <sup>^</sup>	CL. 5 <sup>^</sup>
<b>1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p><b>1.1a)</b> Percepire, conoscere e usare il proprio corpo in rapporto allo spazio e al tempo.</p> <p><b>1.1b)</b> Appropriarsi dello spazio attraverso il movimento e il coinvolgimento globale del corpo.</p> <p><b>1.1c)</b> Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).</p> <p><b>1.1d)</b> Gestirsi in rapporto allo spazio in cui ci si trova (palestra, aula, cortile...)</p> <p><b>1.1e)</b> Eseguire percorsi seguendo una breve serie di indicazioni.</p>	<p><b>1.2a)</b> Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e rappresentarle graficamente.</p> <p><b>1.2b)</b> Saper controllare le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p><b>1.2c)</b> Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali.</p> <p><b>1.2d)</b> Sviluppare e consolidare la coordinazione dinamica generale e l'espressività</p>	<p><b>1.3a)</b> Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e rappresentarle graficamente.</p> <p><b>1.3b)</b> Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, di movimento)</p> <p><b>1.3c)</b> Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p> <p><b>1.3d)</b> Saper variare gli schemi corporei in funzione di parametri di spazio, tempo ed equilibrio</p>	<p><b>1.4a)</b> Padroneggiare gli schemi motori di base, statici e di movimento</p> <p><b>1.4b)</b> Eseguire movimenti sempre più complessi, coordinando vari schemi motori in simultaneità e successione.</p> <p><b>1.4c)</b> Cogliere i cambiamenti che avvengono nell'organismo in presenza di un esercizio fisico</p> <p><b>1.4d)</b> Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni.</p>	<p><b>1.5a)</b> Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie</p> <p><b>1.5b)</b> Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri.</p>

**CURRICOLO QUINQUENNALE – Istituto Comprensivo Cavour - Pavia**

**EDUCAZIONE FISICA**

**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

	CL. 1 <sup>^</sup>	CL. 2 <sup>^</sup>	CL. 3 <sup>^</sup>	CL. 4 <sup>^</sup>	CL. 5 <sup>^</sup>
<b>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</b>	<p><b>2.1a)</b> Collegare la motricità alla comunicazione gestuale e mimica.</p> <p><b>2.1b)</b> Impiegare le capacità motorie in situazioni espressive e comunicative anche attraverso forme di drammatizzazione.</p>	<p><b>2.2a)</b> Collegare la motricità alla comunicazione gestuale e mimica.</p> <p><b>2.2b)</b> Eseguire percorsi seguendo una breve serie di indicazioni.</p> <p><b>2.2c)</b> Impiegare le capacità motorie in situazioni espressive e comunicative anche attraverso forme di drammatizzazione</p>	<p><b>2.3a)</b> Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi</p> <p><b>2.3b)</b> Comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza</p> <p><b>2,3b)</b> Impiegare le capacità motorie in situazioni espressive e comunicative anche attraverso forme di drammatizzazione</p>	<p><b>2.4a)</b> Consolidare concetti relativi al tempo e alle strutture ritmiche.</p> <p><b>2.4b)</b> Impiegare le capacità motorie in situazioni espressive e comunicative anche attraverso forme di drammatizzazione</p>	<p><b>2.5a)</b> Comunicare usando il corpo utilizzando brani musicali o strutture ritmiche e forme di drammatizzazione.</p>

**CURRICOLO QUINQUENNALE – Istituto Comprensivo Cavour - Pavia**

**EDUCAZIONE FISICA**

**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

	CL. 1 <sup>^</sup>	CL. 2 <sup>^</sup>	CL. 3 <sup>^</sup>	CL. 4 <sup>^</sup>	CL. 5 <sup>^</sup>
<b>3. Il gioco, lo sport, le regole fair play</b>	<p><b>3.1a)</b> Attivare relazioni con gli altri e stabilire legami di collaborazione attraverso giochi motori.</p> <p><b>3.1b)</b> Partecipare ad attività di gioco rispettando indicazioni e regole</p>	<p><b>3.2a)</b> Utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo.</p> <p><b>3.2b)</b> Utilizzare le proprie capacità motorie anche in relazione con gli altri.</p> <p><b>3.2c)</b> Sviluppare correttamente comportamenti relazionali nel gioco.</p> <p><b>3.2d)</b> Partecipare ad attività di gioco rispettando indicazioni e regole</p>	<p><b>3.3a)</b> Assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti</p> <p><b>3.3b)</b> Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p><b>3.3c)</b> Partecipare ad attività di gioco rispettando indicazioni e regole</p> <p><b>3.3d)</b> Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra</p> <p><b>3.3e)</b> Rispettare coerenti comportamenti relazionali nelle esperienze di giochi con regole.</p>	<p><b>3.4a)</b> Assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti</p> <p><b>3.4b)</b> Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di alcune discipline sportive.</p> <p><b>3.4c)</b> Acquisire e rispettare le regole nel gioco.</p> <p><b>3.4d)</b> Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara.</p> <p><b>3.4e)</b> Collaborare con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità,</p>	<p><b>3.5a)</b> Conoscere ed eseguire giochi derivanti dalla tradizione popolare.</p> <p><b>3.5b)</b> Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara</p> <p><b>3.5c)</b> Collabora responsabilmente con gli altri, rispettando le regole ed accettando la sconfitta</p> <p><b>3.5d)</b> Riconoscere ed accettare le diversità</p>

**CURRICOLO QUINQUENNALE – Istituto Comprensivo Cavour - Pavia**

**EDUCAZIONE FISICA**

**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

	CL. 1 <sup>^</sup>	CL. 2 <sup>^</sup>	CL. 3 <sup>^</sup>	CL. 4 <sup>^</sup>	CL. 5 <sup>^</sup>
<b>4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	<p><b>4.1a)</b> Percepire il benessere legato all'attività ludico-motoria.</p>	<p><b>4.2a)</b> Percepire il benessere legato all'attività ludico-motoria.</p>	<p><b>4.3a)</b> Conoscere l'importanza della prevenzione e mettere in atto comportamenti che rispettano le norme di sicurezza nei vari ambienti compreso quello stradale</p> <p><b>4.3b)</b> Percepire il benessere legato all'attività ludico-motoria.</p>	<p><b>4.4a)</b> Conoscere l'importanza della prevenzione e mettere in atto comportamenti che rispettano le norme di sicurezza nei vari ambienti compreso quello stradale.</p> <p><b>4.4b)</b> Percepire e riconoscere il benessere legato all'attività ludico-motoria.</p>	<p><b>4.5a)</b> Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione e conseguenti all'esercizio fisico.</p> <p><b>4.5b)</b> Modulare e controllare l'impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità) adeguandole all'intensità e alla durata del compito motorio.</p> <p><b>4.5c)</b> Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p><b>4.5d)</b> Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.</p>