



**DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA**

**CLASSE: PRIMA**

<b>TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>
<p>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> <p>Sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</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 e coreutiche.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi se valutare 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, ad altri.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</p> <p>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche).</p> <p>Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base.</p> <p>Consolidare la coordinazione oculo-manuale e la motricità fine.</p> <p>Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date.</p> <p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.</p> <p>Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo e di fiducia verso il proprio corpo, accettando i</p>	<p>Giochi di gruppo di coordinazione motoria per favorire la conoscenza dei compagni.</p> <p>Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo.</p> <p>Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra, sinistra).</p> <p>Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali.</p> <p>I movimenti naturali del camminare, saltare, correre: diversi tipi di andatura e di corsa.</p> <p>Giochi con la palla e con l'uso delle mani.</p> <p>Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di filastrocche poesie, canzoncine aventi come protagonista il corpo e le sue parti.</p> <p>Giochi di gruppo di movimento,</p>

<p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>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.</p>	<p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>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.</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. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.</p> <p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</p>	<p>individuali e di squadra.</p> <p>Il rispetto di indicazioni e di regole.</p>
--	--	---	---



**DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA**

**CLASSE: SECONDA**

<b>TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>
<p>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> <p>Sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</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 e coreutiche.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi se valutare 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, ad altri.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</p> <p>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche...)</p> <p>Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base.</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/ saltare, afferrare/lanciare...).</p> <p>Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date.</p> <p>Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.</p> <p>Assumere e controllare in forma consapevole</p>	<p>Le singole parti del corpo.</p> <p>Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo.</p> <p>Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, destra, sinistra).</p> <p>Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali.</p> <p>Diversi tipi di andatura e di corsa.</p> <p>Giochi con la palla e con l'uso delle mani.</p> <p>Il corpo (respiro, posizioni, rilassamento muscolare).</p> <p>Percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione.</p> <p>Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di filastrocche e poesie, canzoncine aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti</p>

<p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>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.</p>	<p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>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.</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. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>diversificate posture del corpo con finalità espressive.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.</p> <p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</p>	<p>affrontati in altri contesti disciplinari.</p> <p>Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro.</p> <p>Le regole dei giochi organizzati.</p> <p>Il rispetto delle regole e l'interazione positiva con gli altri.</p> <p>L'uso corretto degli attrezzi e degli spazi di attività.</p> <p>Semplici percorsi.</p> <p>Le norme principali per la prevenzione e la tutela.</p>
---	--	---	---



**DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA**

**CLASSE: TERZA**

<b>TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>
<p>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> <p>Sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</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 e coreutiche.</p>	<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, ad altri.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</p> <p>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso.</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare...).</p> <p>Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali e a strutture ritmiche.</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p> <p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nella drammatizzazione.</p> <p>Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</p>	<p>Lo schema corporeo.</p> <p>Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo).</p> <p>Il corpo (respiro, posizioni, tensioni, rilassamento muscolare).</p> <p>Giochi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale-gestuale.</p> <p>Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche.</p> <p>Giochi di ruolo.</p> <p>Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.</p> <p>Norme principali per la prevenzione e tutela.</p> <p>Principi per una corretta alimentazione.</p>

<p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>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.</p>	<p>individuali e collettive.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</p> <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>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.</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. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra e, nel contempo, assumere un atteggiamento positivo e di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti.</p> <p>Cooperare e interagire positivamente con gli altri rispettando le regole.</p> <p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</p>	
--	---	--	--



**DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA**

**CLASSE: QUARTA**

<b>TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>
<p>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> <p>Sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</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 e coreutiche.</p>	<p>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.</p> <p>Sperimentare in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>Utilizzare 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.</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e le rappresenta graficamente.</p> <p>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso.</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare...).</p> <p>Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche.</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p> <p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione.</p> <p>Assumere e controllare in forma consapevole diverse posture del corpo con finalità</p>	<p>Giochi sugli schemi motori di base.</p> <p>Equilibrio statico e dinamico.</p> <p>La capacità di anticipazione.</p> <p>La capacità di combinazione dei movimenti.</p> <p>La capacità di reazione.</p> <p>La capacità di orientamento.</p> <p>Le capacità ritmiche.</p> <p>La rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali o fantastiche.</p> <p>Semplici coreografie o sequenze di movimento.</p> <p>Giochi propedeutici ad alcuni giochi sportivi.</p> <p>Le regole di alcuni giochi sportivi.</p> <p>Collaborazione, confronto competizione costruttiva.</p> <p>Regole specifiche per la prevenzione</p>

<p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>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.</p>	<p>Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Comprendere, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Rispettare i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>Riconoscere 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.</p>	<p>espressive.</p> <p>Applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra e assumere un atteggiamento positivo con gli altri.</p> <p>Riconoscere il valore delle regole e rispettarle.</p> <p>Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, manifestando senso di responsabilità.</p> <p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>Percepire "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</p>	<p>di infortuni.</p> <p>L'importanza di una sana alimentazione correlata all'attività sportiva.</p> <p>L'importanza della salute.</p>
--	---	--	---





**DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA**

**CLASSE: QUINTA**

<b>TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>
<p>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> <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 e coreutiche.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori, combinati fra 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>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</p>	<p>Usare indiscriminatamente entrambe le mani e i piedi.</p> <p>Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi corporei posturali.</p> <p>Eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie usando ampia gamma di codici espressivi.</p> <p>Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni e regole funzionali alla sicurezza.</p> <p>Eseguire movimenti specifici adattati a situazioni esecutive sempre più complesse.</p> <p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione.</p> <p>Assumere e controllare in forma consapevole diverse posture del corpo con finalità espressive.</p> <p>Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra.</p>	<p>Gli schemi motori e posturali.</p> <p>Il controllo e la gestione delle condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p>L'organizzazione di condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e in successione.</p> <p>Le proprie capacità fisiche e muscolari.</p> <p>I concetti topologici e spaziali.</p> <p>I principali concetti temporali delle azioni motorie.</p> <p>Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali e fantastiche, aventi come protagonista il corpo e le sue parti.</p> <p>Semplici coreografie o sequenze di movimenti.</p> <p>Giochi di gruppo, individuali o di squadra.</p>

<p>complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento, sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>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.</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando la diversità, manifestando senso di responsabilità.</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. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione.</p> <p>Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati, comprendendone il valore; rispetto e collaborazione.</p> <p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere.</p>	<p>Rispetto di indicazioni e regole.</p> <p>I percorsi costruiti in palestra e/o all'aperto.</p> <p>Norme e giochi atti a favorire la conoscenza del rapporto alimentazione-benessere.</p>
--	--	---	--