



**DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA**  
**CLASSE: PRIMA**  
**1°- 2° QUADRIMESTRE**

<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 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. 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</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 individuali e collettive.</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>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</p> <p>Riconoscere, classificare, memorizzare e riellaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinesetiche).</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>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 pro-</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) e schemi motori di base.</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, individuali e di squadra.</p>

<p>nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extra-scolastico.</p> <p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare.</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, salute ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p>	<p>pri 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>Il rispetto di indicazioni e di regole.</p>
--	---	--	--