

I.C. "A. FRANK" - MONZA - SCUOLA PRIMARIA
PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA CLASSE PRIMA

| NUCLEI TEMATICI e relative COMPETENZE | ABILITÀ | CONOSCENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO |
|--|---|--|--|
| <p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. L'alunno acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali.</p> | <p>-Sa distinguere e denominare le varie parti del corpo. -Sa coordinarsi nell'esecuzione di schemi motori di base. -Si orienta e si muove in relazione a parametri spaziali controllando la lateralità. -Sa muoversi secondo i parametri temporali dati.</p> | <p>-I segmenti corporei e le loro funzioni. -Schemi motori di base. -Orientamento in riferimento a parametri spazio-temporali.</p> | <p>-Percepire il proprio corpo nella globalità delle sue parti e delle sue funzioni. -Coordinare e utilizzare in modo fluido molteplici schemi motori naturali (camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi). -Orientare il proprio corpo e muoversi in relazione ai parametri spaziali e temporali controllando la lateralità.</p> |
| <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO ESPRESSIVA 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>-Sa esprimersi con il corpo.</p> | <p>-Espressività del corpo in relazione a stati d'animo e storie.</p> | <p>-Conosce e sa applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare stati d'animo e storie</p> |

| | | | |
|--|--|---|---|
| <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> | <ul style="list-style-type: none"> -Conosce e sa applicare correttamente regole e modalità di gioco/sport. -Sa usare adeguatamente piccoli attrezzi. -Sa coordinarsi in relazione ai compagni. -Gioca e coopera con i compagni nel rispetto dei ruoli. | <ul style="list-style-type: none"> -Regole e modalità di gioco. -I piccoli attrezzi ed il loro utilizzo adeguato nel rispetto dei pari. -Il coordinamento corretto dei movimenti in relazione ai compagni. | <ul style="list-style-type: none"> -Comprendere le regole di un gioco. -Partecipare attivamente a giochi organizzati. -Usare piccoli attrezzi in modo adeguato rispettando i compagni. -Saper coordinare i propri movimenti con quelli di altri compagni di gioco. -Assumere un atteggiamento positivo nella cooperazione e nell'accettazione dei ruoli nel gioco. |
| <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>Si muove nell'ambiente naturale e scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> | <ul style="list-style-type: none"> -Sa assumere comportamenti adeguati nel rispetto degli altri e dell'ambiente in cui si trova. | <ul style="list-style-type: none"> -Comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni. | <ul style="list-style-type: none"> - Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. |

I.C. "A. FRANK" - MONZA - SCUOLA PRIMARIA
PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA CLASSE SECONDA

| NUCLEI TEMATICI e relative COMPETENZE | ABILITÀ | CONOSCENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO |
|--|---|---|---|
| <p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. L'alunno acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali.</p> | <p>Sa eseguire: -giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra); -giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali; -il movimento naturale del saltare; -i movimenti naturali del camminare e del correre: diversi tipi di andatura e di corsa; -il movimento naturale del lanciare: giochi con la palla e con l'uso delle mani; -esercizi a attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche, -percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione.</p> | <p>-Gli schemi motori di base. -Gli elementi dell'orientamento spaziale.</p> | <p>-Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base. -Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare /lanciare...) -Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date. -Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> |
| <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO ESPRESSIVA Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la</p> | <p>-Sa riconoscere 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 affrontati anche in altri contesti disciplinari.</p> | <p>-Tecniche per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo con il linguaggio corporeo e motorio.</p> | <p>-Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nella forma della drammatizzazione e della danza. -Assumere e controllare in forma</p> |

| | | | |
|---|--|--|---|
| drammatizzazione e le esperienze ritmico – musicali. | -Sa eseguire giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale, gestuale. | | consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. |
| IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. | -Sa assumere responsabilità e ruoli in rapporto alle proprie possibilità. -Sa eseguire giochi di complicità e fra coppie o piccolo gruppo. -Sa eseguire giochi di squadra. | -Competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva. | -Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, 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. |
| SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Si muove nell'ambiente naturale e scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri. | -Sa eseguire semplici percorsi . -Sa star bene in palestra -Sa applicare le norme principali per la prevenzione e la tutela. | -I criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. | -Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. -Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria. |

I.C. "A. FRANK" - MONZA - SCUOLA PRIMARIA
PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA CLASSE TERZA

| NUCLEI TEMATICI E RELATIVE competenze | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONOSCENZE | ABILITÀ |
|---|---|--|---|
| <p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. L'alunno acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali.</p> | <p>-Sa riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. -Sa riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche...) -Sa coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare...). -Sa controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. -Sa organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche. -Sa riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p> | <p>-Lo schema corporeo -Il corpo: respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare. -Spazio e tempo: traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo.</p> | <p>-Affinare le capacità di movimento in relazione ai parametri spaziotemporali. -Affinare la coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica. -Muoversi con destrezza controllando e combinando più schemi motori tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc...) nel rispetto dello spazio e del tempo. -Variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, di tempo, equilibri (eseguire una danza, una marcia, ...)</p> |

| | | | |
|---|--|---|---|
| <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO ESPRESSIVA</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>-Sa utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.</p> <p>-Sa assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</p> | <p>-Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale-gestuale.</p> <p>Giochi di comunicazione in funzione del messaggio.</p> <p>-Danze popolari.</p> | <p>-Utilizzare gesti, mimica facciale, voce, posture, in situazioni diverse.</p> <p>-Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d'animo, idee, situazioni, ecc....</p> <p>-Interpretare attraverso il corpo e il movimento ruoli e situazioni narrate, fantastiche e reali.</p> <p>-Drammatizzare storie.</p> |
| <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> | <p>-Sa conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, 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>-Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche.</p> <p>-Giochi di ruolo.</p> <p>-I ruoli e l'assunzione di responsabilità in rapporto alle possibilità di ciascuno.</p> | <p>-Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi-motori e di squadra.</p> <p>-Partecipare attivamente e rispettare le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara.</p> <p>-Interagire positivamente con gli altri valorizzando le diversità.</p> <p>-Assumere un atteggiamento positivo nella cooperazione e nell'accettazione dei ruoli nel gioco.</p> |
| <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>Si muove nell'ambiente naturale e scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> | <p>-Sa riconoscere ed utilizza in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>-Sa percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</p> | <p>-Le strategie per stare bene in palestra.</p> <p>-Le norme principali per la prevenzione e tutela.</p> <p>-I principi per una corretta alimentazione.</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.</p> |

I.C. "A. FRANK" - MONZA - SCUOLA PRIMARIA
PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA CLASSE QUARTA

| NUCLEI TEMATICI e relative COMPETENZE | ABILITÀ | CONOSCENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO |
|--|---|--|---|
| <p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. L'alunno acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali.</p> | <p>-Sa utilizzare gli schemi motori e posturali.</p> | <p>-Gli schemi motori di base.</p> | <p>-Coordinare ed 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, agli altri.</p> |
| <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO ESPRESSIVA 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>-Sa eseguire movimenti indicati o spontanei in percorsi motori sempre più complessi, anche con attrezzi.</p> | <p>-Le capacità coordinative generali e speciali.</p> | <p>-Utilizzare il linguaggio corporeo per esprimere stati d'animo attraverso gesti e mimica, anche associando la musica al movimento.</p> |
| <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza</p> | <p>-Sa comportarsi correttamente durante i giochi sportivi.</p> | <p>-Le regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni a scuola.</p> | <p>-Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport. -Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche</p> |

| | | | |
|--|---|---|---|
| di rispettarle. | | | <p>in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio. -Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. |
| <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>Si muove nell'ambiente naturale e scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> | <p>-Sa alimentarsi correttamente riconoscendo l'importanza di una sana alimentazione per la salute.</p> | <p>-Il rapporto fra alimentazione e benessere fisico.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 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. |

I.C. "A. FRANK" - MONZA - SCUOLA PRIMARIA
PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA CLASSE QUINTA

| NUCLEI TEMATICI e relative COMPETENZE | ABILITÀ | CONOSCENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO |
|--|--|--|---|
| <p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. L'alunno acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali.</p> | <p>-Sa utilizzare gli schemi motori e posturali.</p> <p>-Sa eseguire movimenti più precisi adattandoli a situazioni più complesse.</p> | <p>-Schemi motori e posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea.</p> <p>-Movimenti precisi e adattati a situazioni esecutive sempre più complesse.</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, agli altri.</p> |
| <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA 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>-Sa utilizzare il corpo in movimento per esprimere contenuti emozionali.</p> <p>-Sa eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie.</p> | <p>-Tecniche per comunicare con il corpo il movimento in contenuti emozionali.</p> <p>-Tecniche per elaborare ed eseguire sequenze di movimento.</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>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> | <p>-Sa applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</p> <p>-Sa eseguire giochi diversi presi dalla tradizione popolare, rispettandone indicazioni e regole.</p> <p>-Sa rispettare le regole con senso di responsabilità.</p> | <p>-Modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</p> <p>-Giochi diversi presi dalla tradizione popolare, le loro regole.</p> <p>-Le regole nella competizione sportiva.</p> <p>-Il senso positivo della sconfitta.</p> <p>-Il rispetto degli altri nella vittoria.</p> <p>-Il valore del riconoscimento della diversità.</p> <p>-La responsabilità nelle proprie azioni.</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>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>Si muove nell'ambiente naturale e scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> | <p>-Comprende e rispetta le regole di comportamento per la prevenzione e la sicurezza.</p> <p>-Sa evidenziare il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico per un sano stile di vita.</p> <p>-Sa comprendere il valore delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti attraverso l'esercizio fisico.</p> | <p>-Le regole di comportamento per la prevenzione di infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>-Il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>-Le funzioni fisiologiche e i loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</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.</p> <p>-Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> |