



I. C. "S. ELIA-COMMENDA"

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado

Dirigenza ed Uffici amministrativi: Via A. Mantegna n. 8 - 72100 Brindisi (Italy)

+39 0831-585818 e-mail: bric811008@istruzione.it P.E.C.: bric811008@pec.istruzione.it

Cod. Fisc.: **91071130743** Cod. Mecc. **BRIC811008**

www.comprendivosanteliacommanda.gov.it



Con l'Europa, investiamo nel vostro futuro

PROGETTAZIONE PER COMPETENZE EDUCAZIONE FISICA

Indicazioni Nazionali per il Curricolo (2012)

Nel primo ciclo l'educazione fisica promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti. Contribuisce, inoltre, alla formazione della personalità dell'alunno attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea, nonché del continuo bisogno di movimento come cura costante della propria persona e del proprio benessere. In particolare, lo "stare bene con sé stessi" richiama l'esigenza che il curricolo dell'educazione al movimento preveda esperienze tese a consolidare stili di vita corretti e salutari....

Le attività motorie e sportive forniscono agli alunni le occasioni per riflettere sui cambiamenti del proprio corpo, per accettarli e viverli serenamente come espressione della crescita e del processo di maturazione di ogni persona; offrono altresì occasioni per riflettere sulle valenze che l'immagine di sé assume nel confronto col gruppo dei pari.

La conquista di abilità motorie e la possibilità di sperimentare il successo delle proprie azioni sono fonte di gratificazione che incentivano l'autostima dell'alunno e l'ampliamento progressivo della sua esperienza, arricchendola di stimoli sempre nuovi.

...Attraverso la dimensione motoria l'alunno è facilitato nell'espressione di istanze comunicative e disagi di varia natura che non sempre riesce a comunicare con il linguaggio verbale. L'attività motoria praticata in ambiente naturale rappresenta un elemento determinante per un'azione educativa integrata, per la formazione di futuri cittadini del mondo, rispettosi dei valori umani, civili e ambientali.

...L'attività sportiva promuove il valore del rispetto di regole concordate e condivise e i valori etici che sono alla base della convivenza civile.

CLASSE PRIMA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FINE PRIMO ANNO

- L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.
- Sperimenta, in forma semplificata, diverse gestualità tecniche.
- Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.
- Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo.

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva.

OBIETTIVI MINIMI

- Conoscere lo schema corporeo.
- Conoscere e utilizzare i principali concetti spaziali.
- Prendere coscienza degli schemi motori di base e utilizzarli per camminare, correre e saltare.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.	L'alunno: <ul style="list-style-type: none">• controlla con precisione singole parti del corpo coinvolte in movimenti;• si colloca, in posizioni diverse, in rapporto ad altri o a oggetti;• utilizza gli schemi motori e posturali in funzione di parametri spaziali e temporali (equilibrio, lateralità, ecc.).

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento.

OBIETTIVI MINIMI

- Eseguire semplici percorsi.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Il proprio corpo.	L'alunno: <ul style="list-style-type: none">• utilizza il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative;• esegue semplici percorsi lineari e misti.

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco collaborando con gli altri.

OBIETTIVI MINIMI

- Partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole.

CONOSCENZE

- Il gioco e le regole

ABILITÀ

L'alunno:

- partecipa al gioco rispettando indicazioni e regole.

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

OBIETTIVI MINIMI

- Conoscere e rispettare le regole che garantiscono la sicurezza personale e altrui.
- Adottare semplici comportamenti di igiene personale.

CONOSCENZE

- Salute, prevenzione e benessere.

ABILITÀ

- L'alunno:
- adotta semplici comportamenti igienico-alimentari in aula e in palestra.
- adotta comportamenti adeguati a prevenire infortuni.

CLASSE SECONDA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FINE SECONDO ANNO

- L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.
- 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.
- Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

- Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva e in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/ lanciare, ecc.).

OBIETTIVI MINIMI

- Conoscere il proprio corpo.
- Affinare gli schemi motori di base.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none"> • Il proprio corpo. • Gli schemi motori e posturali. 	L'alunno: <ul style="list-style-type: none"> • si muove con scioltezza, destrezza, disinvoltura, ritmo (palleggia, lancia, riceve da fermo e in movimento...); • utilizza efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi; • affina la coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica.

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.

OBIETTIVI MINIMI

- Eseguire semplici sequenze di movimento.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none"> • Le posizioni del corpo in rapporto allo spazio e al tempo. • Le modalità espressive che utilizza il corpo. 	L'alunno: <ul style="list-style-type: none"> • varia gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, di tempo, di equilibrio (esegue una danza, una marcia...); • utilizza in modo corretto e sicuro il proprio corpo.

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.

OBIETTIVI MINIMI

- Partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Il gioco e le regole• I giochi di imitazione, di immaginazione, popolari, organizzati anche sotto forma di gare.	<ul style="list-style-type: none">• L'alunno:• rispetta le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara;• utilizza abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo;• interagisce positivamente con gli altri.

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Assumere comportamenti adeguati alla 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.

OBIETTIVI MINIMI

- Individuare rischi e comportamenti pericolosi a scuola e a casa.
- Conoscere e interiorizzare alcune regole di prevenzione.
- Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Salute, prevenzione e benessere.• La sana alimentazione.• I principi nutritivi.• La piramide alimentare.	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none">• adotta semplici comportamenti di igiene personale;• riconosce le buone abitudini alimentari;• riconosce i principi nutritivi degli alimenti.

CLASSE TERZA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FINE TERZO ANNO

- 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.
- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport.
- Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi.
- Riconosce alcuni essenziali principi relativi a un corretto regime alimentare.

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- 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.

OBIETTIVI MINIMI

- Conoscere ed utilizzare gli spazi di attività e gli attrezzi.
- Potenziare la coordinazione motoria in varie situazioni.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Gli schemi motori e posturali.	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none">• si muove con scioltezza, destrezza, disinvoltura e ritmo (afferrare, lanciare, palleggiare, ricevere da fermo e in movimento);• utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con l'utilizzo di piccoli attrezzi.

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.

OBIETTIVI MINIMI

- Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d'animo e situazioni.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• I giochi mimico-gestuali.• I giochi ritmici.• I giochi di ruolo.	L'alunno: <ul style="list-style-type: none">• utilizza il linguaggio corporeo per comunicare emozioni;• utilizza modalità espressive e corporee attraverso la drammatizzazione e/o la danza.

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.
- Saper utilizzare giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.

OBIETTIVI MINIMI

- Rispettare le regole dei giochi organizzati.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• I giochi tradizionali.• I giochi individuali.• I giochi di squadra.• Le regole dei giochi.	L'alunno: <ul style="list-style-type: none">• riconosce il valore delle regole;• rispetta le regole nei giochi;• partecipa attivamente alle varie forme di gioco;• collabora con i compagni in situazioni di gioco.

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Assumere comportamenti adeguati alla 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.

OBIETTIVI MINIMI

- Individuare rischi e comportamenti pericolosi a scuola, a casa e in strada.
- Conoscere e interiorizzare alcune regole di prevenzione.
- Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• I pericoli presenti nei vari ambienti di vita (scuola, casa, strada).• Le regole di comportamento per prevenire gli infortuni.• Il valore nutritivo degli alimenti.• Le regole per una sana alimentazione.	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none">• riconosce i pericoli presenti nei vari ambienti di vita;• acquisisce consapevolezza dei comportamenti individuali e collettivi che costituiscono pericolo per sé e per gli altri;• rispetta elementari norme di sicurezza nell'ambito familiare e scolastico;• riconosce alcuni essenziali principi relativi a un corretto regime alimentare.

CLASSE QUARTA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FINE QUARTO ANNO

- Sperimenta, in forma sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- Riconosce alcuni essenziali principi legati alla cura del proprio corpo e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

• OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- 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.

OBIETTIVI MINIMI

- Utilizzare correttamente gli schemi motori di base.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Gli schemi posturali e motori.• Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.• Le capacità coordinative generali e speciali.• La resistenza e la rapidità in relazione al compito motorio.	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none">• esegue esercizi propedeutici al rafforzamento e allo sviluppo degli schemi motori di base;• esegue percorsi e circuiti con il superamento di ostacoli, anche in forma di gara;• sperimenta condotte motorie combinate, anche con l'uso di piccoli attrezzi, per mettere alla prova rapidità e resistenza personale

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.

OBIETTIVI MINIMI

- Eseguire semplici sequenze di movimento.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Il proprio corpo.• La funzione degli attrezzi.• Le sequenze motorie.	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none">• esegue semplici coreografie individuali e collettive;• esegue semplici sequenze di movimento;• esegue prove a tempo, in cui sperimentare schemi motori combinati e parametri fisici;• coordina e controlla il corpo in

	relazione ai compagni e agli attrezzi; <ul style="list-style-type: none"> • coordina e controlla il corpo rispettando le sequenze motorie e i ritmi previsti.
--	--

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

<ul style="list-style-type: none"> • OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.

<ul style="list-style-type: none"> • OBIETTIVI MINIMI
<ul style="list-style-type: none"> • Relazionarsi con gli altri attraverso giochi cooperativi.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none"> • Il gioco, lo sport, le regole e il fair play. 	L'alunno: <ul style="list-style-type: none"> • esegue giochi individuali, a coppie, in piccoli gruppi e a squadre rispettandone le regole; • coopera con i compagni in situazione di gioco.

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

<ul style="list-style-type: none"> • OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> • Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

<ul style="list-style-type: none"> • OBIETTIVI MINIMI
<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e rispettare regole funzionali alla sicurezza nei vari ambiti di vita.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none"> • I criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. 	L'alunno: <ul style="list-style-type: none"> • identifica situazioni di pericolo; • agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri; • affronta situazioni di pericolo simulate con attenzione e controllo emotivo.

CLASSE QUINTA

• TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FINE QUINTO ANNO

- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- 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.

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.
- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.

OBIETTIVI MINIMI

- Conoscere le principali regole e le modalità esecutive di semplici giochi-sport.
- Partecipare ai giochi organizzati collaborando con gli altri.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Gli schemi motori di base.• Le regole di gioco.• Alcuni giochi-sport.	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none">• partecipa attivamente ai giochi di squadra;• coopera con il gruppo;• si confronta lealmente nelle competizioni con i compagni;• comprende che ogni gioco ha le sue regole;• rispetta le regole dei giochi;• accetta positivamente le penalizzazioni;• si adatta a situazioni e a ruoli diversi.

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Assumere comportamenti adeguati alla 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.

OBIETTIVI MINIMI

- Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza negli ambienti familiari.
- Applicare semplici regole igienico- alimentari.

CONOSCENZE	ABILITÀ
<ul style="list-style-type: none">• Le norme principali per la prevenzione degli infortuni.• I segni grafici che segnalano vie di fuga, estintori, idranti ecc.• L'apparato scheletrico -muscolare.• L'apparato cardio- circolatorio.• L'apparato respiratorio.• I principi di una corretta alimentazione.• I benefici dell'attività ludico-motoria.	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none">• identifica situazioni di pericolo;• assume comportamenti corretti per prevenire infortuni;• identifica i segni grafici che segnalano vie di fuga, estintori, idranti ecc.;• riconosce le norme di comportamento da assumere in situazioni di pericolo;• utilizza comportamenti corretti durante la simulazione di situazioni di pericolo;• riconosce il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute;• assume adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.

Brindisi, 30 aprile 2021