

PROGETTAZIONE ANNUALE DI EDUCAZIONE FISICA

	COMPETENZE	ABILITA'			CONOSCENZE
		I	II - III	IV - V	
<p align="center">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p align="center">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA</p> <p align="center">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE</p> <p align="center">SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p>	<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>Riconoscere e denominare correttamente le parti del corpo</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente;</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).</p>	<p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione e conseguenti all'esercizio fisico, sapendo anche modulare e controllare l'impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità) adeguandole all'intensità e alla durata del compito motorio.</p>	<p>Riconoscere e differenziare le varie parti del corpo</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>Muoversi in uno spazio delimitato senza urtare i compagni</p>	<p>Sapere controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p>	<p>Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione.</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>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p>	<p>Sapersi muovere adattando i diversi schemi motori alle variabili spaziali</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi di movimento e presportivi individuali e di squadra.</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>Controllare la lateralità e l'equilibrio</p>
	<p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più 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</p>	<p>Partecipare a giochi collettivi rispettando regole e indicazioni</p>	<p>Riconoscere il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p> <p>Conoscere ed 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>Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di discipline sportive.</p> <p>Saper scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni.</p> <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p>	

	<p>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>Partecipare attivamente ai giochi sportive e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.</p>	<p>base(camminare, correre, strisciare, saltare, lanciare...)</p> <p>Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali</p>
--	--	--	--	--	--