

PIANO FORMATIVO DISCIPLINARE: EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA INFANZIA (Livello 1)

CAMPO DI ESPERIENZA

IL CORPO E IL MOVIMENTO

COMPETENZE ATTESE A FINE PERCORSO

3 anni Percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo del corpo.	4 anni Sperimenta schemi posturali e motori.	5 anni Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo. Partecipa a giochi di movimento rispettando le regole.
---	--	---

MICROCOMPETENZE

3 anni • Imita gesti e movimenti.	4 anni • Inizia a controllare l'esecuzione dei movimenti.	5 anni • Elabora semplici sequenze di movimento e semplici coreografie.
---	---	---

CONOSCENZE E ABILITÀ

3 anni		4 anni		5 anni	
CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'
<ul style="list-style-type: none"> Conoscere, individuare e denominare le parti che costituiscono il proprio corpo e quello degli altri. 	<ul style="list-style-type: none"> Eeguire piccoli compiti motori 	<ul style="list-style-type: none"> Gli schemi motori di base e le loro possibilità di applicazione. 	<ul style="list-style-type: none"> Padroneggiare gli schemi motori di base. Utilizzare lo spazio a disposizione. 	<ul style="list-style-type: none"> La gestualità e la mimica facciale. Conoscere i concetti spaziali e topologici. 	<ul style="list-style-type: none"> Esprimere emozioni e stati d'animo utilizzando linguaggi non verbali. Cooperare con i compagni assumendo un atteggiamento positivo. Comprendere l'importanza di una corretta alimentazione.

PIANO FORMATIVO DISCIPLINARE: EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA PRIMARIA (Livello 2)

NUCLEI FONDANTI DISCIPLINARI

- 1. IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO**
- 2. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO- ESPRESSIVA**
- 3. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**
- 4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA**

COMPETENZE ATTESE A FINE PERCORSO

Classe prima Esprimere sé stesso attraverso il linguaggio non verbale.	Classe seconda Utilizzare il linguaggio non verbale per esprimersi.	Classe terza Ha consapevolezza di sé e si esprime con un linguaggio non verbale.	Classe quarta In relazione alle proprie potenzialità si esprime negli ambiti motori.	Classe quinta Si esprime negli ambiti motori in relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento.
--	---	--	--	---

MICROCOMPETENZE

Classe prima 1) Coordina e utilizza diversi schemi motori di base. 2) Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento e semplici coreografie. 3) Sa utilizzare giochi applicando le regole. 4) Assume comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	Classe seconda 1) Organizza il proprio movimento rispetto allo spazio e al tempo. 2) Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee. 3) Partecipa ai giochi organizzati rispettando le regole. 4) Applica comportamenti adeguati per la cura del proprio corpo.	Classe terza 1) Sa organizzare il movimento nello spazio e nel rapporto tra sé e gli altri. 2) Utilizza altre forme di comunicazione e di linguaggio. 3) Partecipa attivamente al gioco sia in forma libera che strutturata. 4) Segue una dieta di un sano stile di vita e riconosce il funzionamento del proprio corpo.	Classe quarta 1) Utilizza gli schemi motori di base in forma successiva e simultanea. 2) Utilizza la drammatizzazione e la danza per creare ed esplorare nuove modalità espressive e corporee. 3) Conosce ed applica le varie proposte di gioco- sport. 4) Riconosce e assume comportamenti adeguati per la propria e altrui sicurezza.	Classe quinta 1) Consolida gli schemi motori di base per la strutturazione dello schema corporeo. 2) Trasmette le emozioni e i sentimenti attraverso altre modalità di comunicazione quali drammatizzazione e danza. 3) Conosce, applica e fa rispettare le proposte di gioco sport. 4) Adotta comportamenti per la prevenzione degli infortuni e per la propria ed altrui sicurezza.
--	---	---	--	--

CONOSCENZE E ABILITÀ

Classe prima		Classe seconda		Classe terza		Classe quarta		Classe quinta	
CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'
Le varie parti del corpo. Il linguaggio del corpo. Il gioco come espressione di sé. I comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita. I concetti topologici.	Eseguire semplici sequenze motorie. Svolgere giochi nel rispetto di semplici regole. Mettere in pratica regole di igiene personale. Riconoscere ed evitare situazioni di pericolo per sé e per gli altri.	Il movimento del corpo in relazione allo spazio e al tempo. Il linguaggio del corpo. Giochi tradizionali di cortile e percorsi misti. I comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari	Orientarsi in palestra ed effettuare percorsi misti. Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d'animo, idee e sensazioni. Sapersi muovere	Il linguaggio del corpo. Giochi di squadra e percorsi misti. I comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	Eseguire movimenti coordinati. Utilizzare il linguaggio gestuale per comunicare stati d'animo, idee e sensazioni. Partecipare a giochi di squadra nel rispetto dei	Schemi motori di base e loro combinazioni . Gestualità mimica ed espressiva. Giochi presportivi, sportivi e gare. I comportamenti adeguati per un corretto, sano e sicuro stile di vita.	Eseguire esercizi di destrezza e di controllo. Eseguire sequenze e composizioni motorie utilizzando codici espressivi diversi. Partecipare attivamente a giochi di squadra rispettando spazi	Lo schema corporeo in relazione ad azioni motorie complesse. Gestualità mimica ed espressività adeguate a diversi contesti. Giochi pre-sportivi e gare. Comportamenti	Coordinare i movimenti del corpo per eseguire semplici coreografie. Eseguire sequenze e composizioni motorie utilizzando codici espressivi diversi. Partecipare attivamente a

		ambienti.	Mettere in pratica regole di igiene personale. Riconoscere i pericoli ambientali.		ruoli e delle regole. Mettere in pratica regole di igiene personale. Evitare situazioni di pericolo per sé e per gli altri.		e regole. Mettere in pratica regole di igiene personale. Evitare situazioni di pericolo.	adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	giochi di squadra. Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione ai vari stili di vita.
--	--	-----------	---	--	---	--	--	--	--

PIANO FORMATIVO DISCIPLINARE: EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA SECONDARIA I GRADO (Livello 3)

NUCLEI FONDANTI DISCIPLINARI

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

2. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO- ESPRESSIVA

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

1. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

COMPETENZE ATTESE A FINE PERCORSO

<p>Classe prima</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si orienta nello spazio e nel tempo. 	<p>Classe seconda</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spirito di iniziativa • Capacità di produrre idee e progetti creativi. 	<p>Classe terza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizza le sue capacità, potenzialità e talento nei vari ambiti motori e sportivi.
---	--	--

MICROCOMPETENZE

<p>Classe prima</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita. • Saper decodificare i gesti dei compagni e avversari nel gioco e nello sport. • Conoscere e applicare il regolamento dei vari sport. • Conoscere e seguire un'alimentazione varia. 	<p>Classe seconda</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saper riadeguare e riadattare lo schema corporeo. • Sapersi esprimere con il corpo. • Conoscere e applicare i vari sport assumendo i vari ruoli. • Sapersi orientare nello spazio. • Saper utilizzare in maniera operativa la palestra e gli ambienti esterni. 	<p>Classe terza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Migliorare le proprie capacità motorie in relazione alle prestazioni sportive. • Seguire vari piani di lavoro per migliorare le prestazioni sportive. • Conoscere gli effetti negativi del doping nello sport.
--	---	---

CONOSCENZE E ABILITÀ

Classe prima		Classe seconda		Classe terza	
CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'
<p>Sviluppo degli schemi motori di base. Elementi tecnici e regolamentare di alcuni sport. Effetti delle attività motorie e sportive per il benessere psico-fisiche e prevenzione delle malattie. Tecniche di espressione corporea. Norme di prevenzione degli infortuni legati all'attività fisica. L'attività sportiva come valore etico.</p>	<p>Utilizzare efficacemente le proprie capacità in condizioni facili e normali di esecuzione. Modulare e distribuire il carico sportivo secondo i giusti parametri fisiologici. Relazionarsi positivamente con il gruppo. Usare consapevolmente il linguaggio del corpo mediante vari codici espressivi.</p>	<p>Sviluppo delle capacità coordinative. Elementi tecnici e regolamentari di alcuni sport. Effetti positivi delle attività motorie sportive per il benessere psico-fisico e come prevenzione di malattia. Norme di prevenzione degli infortuni legati all'attività fisica.</p>	<p>Utilizzare efficacemente le proprie capacità in condizioni di maggiori difficoltà di esecuzione. Distribuire il carico sportivo secondo i giusti parametri fisiologici. Usare con maggiore consapevolezza il linguaggio del corpo. Sviluppare il giusto rapporto tra esercizio fisico, alimentazione e quindi benessere. Utilizza in modo responsabile spazi, attrezzature sia individualmente che in gruppo.</p>	<p>Schemi motori di base combinati. Funzioni fisiologiche e cambiamenti morfologici. Tecniche e tattiche dei giochi sportivi. Rapporto tra attività fisica e cambiamenti fisici e psicologici nella preadolescenza. Regole di prevenzione per la sicurezza della sicurezza personale a scuola, casa e in ambienti esterni.</p>	<p>Utilizzare le abilità apprese in situazioni ambientali diverse in contesti problematici in ambiente sportivo e anche nella vita quotidiana. Mettere in atto, nel gioco e nella vita, comportamento equilibrati dal punto di vista fisico, emotivo e cognitivo. Attuare, in modo autonomo, comportamento funzionali alla sicurezza nei vari ambienti compreso quello stradale.</p>