

SCUOLA PRIMARIA EDUCAZIONE FISICA

CLASSE PRIMA

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE TRASVERSALI: *Imparare ad imparare. Senso di iniziativa ed imprenditorialità. Competenze sociali e civiche.*

PROFILO DELLE COMPETENZE	COMPETENZA SPECIFICA	<i>In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime negli ambiti motori, artistici e musicali che gli sono congeniali.</i>
	COMPETENZE TRASVERSALI	• Si orienta nello spazio e nel tempo; osserva, descrive e attribuisce significato ad ambienti, fatti, fenomeni e produzioni artistiche. • Possiede un patrimonio di conoscenze e nozioni di base ed è in grado di ricercare ed organizzare nuove informazioni. • Si avvia verso la consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti e verso il rispetto delle regole condivise. • Chiede aiuto quando si trova in difficoltà e cerca di fornire aiuto a chi lo chiede.
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DISCIPLINARI		L'alunno: 1. acquisisce progressivamente consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali; 2. utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali; 3. comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole;

		4. se guidato si muove nell’ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.	
NUCLEI FONDANTI		CONOSCENZE	ABILITA’
1	IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	• Le parti del corpo. • Le posizioni fondamentali. • Gli schemi motori semplici. • Schemi motori combinati. • Orientamento spaziale. • Le andature e lo spazio disponibile. • La direzione, la lateralità. • La destra e la sinistra. • Sperimentazione del maggior numero possibile di movimenti naturali (camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare...). • La coordinazione dinamica generale e la coordinazione oculo – manuale e segmentaria.	• Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. • Scoprire ed eseguire le posizioni fondamentali che il corpo può assumere (in piedi, in ginocchio, seduti...). • Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro. • Orientarsi autonomamente nell’ambiente palestra. • Sperimentare le prime forme di schieramenti (fila, riga, circolo). • Conoscere ed eseguire globalmente diversi modi di camminare, correre e saltare. • Adattare le diverse andature in relazione allo spazio. • Muoversi secondo una direzione, controllando la lateralità: distinguere su di sé la destra e la sinistra.
2	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO ESPRESSIVA	• Comunicazione di idee e stati d’animo attraverso il corpo.	• Utilizzare il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d’animo, emozioni e sentimenti.

3	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	- Le discipline sportive. - Il valore e le regole dello sport.	Comprendere all'interno delle varie occasioni, di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza ed il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico sportiva.
4	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	- Comportamenti consoni alle situazioni. - L'igiene del corpo. - Regole alimentari e di movimento.	- Conoscere comportamenti che possono originare situazioni di pericolo. - Conoscere comportamenti igienici adeguati. - Conoscere alcune regole per favorire uno stato di benessere fisico.
SAPERI IRRINUNCIABILI "EVIDENZE" AL TERMINE DELLA CLASSE PRIMA			
1	- Le varie parti del corpo e loro rappresentazione grafica. - I concetti spaziali rispetto al proprio corpo, agli oggetti e agli altri. - Le nozioni temporali (prima-dopo, veloce- lento, successione - contemporaneità'). - La destra e la sinistra su di sé. - Le posture che il corpo può assumere. - I ritmi di movimento.	- Riconoscere e denominare le principali parti del corpo: testa, collo, tronco, braccia, mani, gambe, piedi. - Muoversi nello spazio seguendo le indicazioni dell'insegnante. - Riconoscere le principali nozioni temporali: prima -dopo, veloce -lento. - Sperimentare alcuni movimenti naturali: camminare, strisciare, correre.	
2	Giochi spontanei, imitativi, simbolici, immaginativi.	Esprimersi liberamente con il proprio corpo attraverso giochi guidati.	
3	Adeguamento personale alle regole prestabilite, indispensabili al buon funzionamento del gioco.	Sapersi adeguare a regole essenziali indispensabili al funzionamento di semplici giochi.	

4	• Conoscenza e utilizzo degli attrezzi e degli spazi di attività.	• Conoscere e utilizzare seguendo le indicazioni dell'insegnante alcuni attrezzi (palla, cerchi, mattoni, con) e spazi delimitati e definiti.
---	---	---