



DISCIPLINA		EDUCAZIONE FISICA	
Classe: PRIMA – Ordine di scuola: SCUOLA PRIMARIA – Anno scolastico 2020/2021			
INDICATORI DI DISCIPLINA	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	SAPERI ESSENZIALI – CONTENUTI - CONOSCENZE
IL CORPO IN RELAZIONE A SPAZIO E TEMPO	<ul style="list-style-type: none"> • Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nell'adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti 	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e rappresentarle graficamente sia nella loro globalità, sia nella loro articolazione segmentaria. • Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare) 	<ul style="list-style-type: none"> • Le diverse parti del corpo e la loro rappresentazione in stasi ed in movimento • Esercizi e movimenti per sviluppare la lateralizzazione • Controllo e coordinamento dei movimenti seguendo le indicazioni dell'insegnante (camminare secondo andature libere o prestabilite. Corriere liberamente o seguendo ritmi diversi) • Giochi utilizzando andature di animali
IL LINGUAGGIO DEL CORPO	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo (drammatizzazione, esperienze ritmico-musicali e coreutiche) 	<ul style="list-style-type: none"> • Creare modalità espressive e corporee attraverso forme di drammatizzazione e danza 	<ul style="list-style-type: none"> • Il corpo per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni • Gioca ai mimi • Svolge giochi di memoria e di attenzione • Imita movimenti ed atteggiamenti di animali



<p>IL GIOCO, LO SPORT E LE REGOLE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche • Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle 	<ul style="list-style-type: none"> • Giocare rispettando indicazioni e regole 	<ul style="list-style-type: none"> • Percorsi misti • Mini gare di squadra • Giochi a coppie o a squadre rispettando le regole
<p>SALUTE, BENESSERE PREVENZIONE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico (cura del corpo, alimentazione, sicurezza) 	<ul style="list-style-type: none"> • Percepire "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria • Conoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività 	<ul style="list-style-type: none"> • Principi di una corretta alimentazione • Norme principali e tutela della salute • Uso corretto ed adeguato degli attrezzi