



ISTITUTO COMPRENSIVO CHERI 3°

VIA BONELLO, 2 - 10023 CHERI

Tel. 947.19.43 - Fax 947.83.70

e-mail : direzione@chieri3.gov.it

web: <http://www.chieri3.gov.it>

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

8 COMPETENZE CHIAVE

- Comunicazione nella madrelingua
- Comunicazione nelle lingue straniere
- Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia
- Competenze digitali
- Imparare ad Imparare
- Consapevolezza ed espressione culturale
- Spirito di iniziativa
- Competenze sociali e civiche

SCUOLA DELL'INFANZIA 3 ANNI

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
1. AUTONOMIA 2. IL MOVIMENTO NELLO SPAZIO 3. IL CORPO	1.1 Utilizzare correttamente i servizi igienici. 1.2 Mangiare in modo adeguato. 1.3 Muoversi adeguatamente e con curiosità nello spazio scuola. 1.4 Accettare il contatto fisico con adulti e coetanei. 2.1 Controllare gli schemi dinamici generali (corre, salta, sale, scende). 2.2 Imitare posizioni globali del corpo in modo intenzionale. 2.3 Partecipare spontaneamente alle attività di gioco libero/organizzato. 2.4 Utilizzare oggetti e materiali messi a disposizione, in modo corretto e attivo. 3.1 Riconoscere e denominare le principali parti del corpo su di sé. 3.2 Capacità di riconoscersi come maschio o femmina.	Il bambino: - vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola. - controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva - riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.

SCUOLA DELL'INFANZIA 4 ANNI

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
1. AUTONOMIA	1.1 Acquisire correttamente le abitudini igienico-sanitarie fondamentali. 1.2 Esprimere liberamente sentimenti ed emozioni. 1.3 Dimostrare autonomia nella cura dei propri oggetti e conoscere il loro utilizzo.	Il bambino: - vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola. - controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva - riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.
2. IL MOVIMENTO NELLO SPAZIO	2.1 Controllare e coordinare movimenti del corpo. 2.2 Imitare posizioni semplici con il corpo. 2.3 Muoversi con sicurezza e fiducia nelle proprie capacità motorie . 2.4 Rapportarsi positivamente. 2.5 Partecipare a giochi organizzati rispettando le regole. 2.6 Muoversi ritmicamente su musiche adatte.	
3. IL CORPO	3.1 Rappresentare il proprio corpo. 3.2 Saper dominare su se stesso le parti del corpo. 3.3 Saper rappresentare le parti mancanti della figura umana.	

SCUOLA DELL'INFANZIA 5 ANNI

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
<p>1. AUTONOMIA SICUREZZA</p> <p>2. IL MOVIMENTO NELLO SPAZIO</p> <p>3. IL CORPO</p>	<p>E</p> <p>1.1 Avere cura della propria persona in modo autonomo. 1.2 Utilizzare un comportamento corretto durante il pranzo. 1.3 Sapersi muovere con agilità negli spazi scuola. 1.4 Eseguire movimenti volontari per esprimere emozioni e stati d'animo. 1.5 Avere cura e rispetto di oggetti e materiali propri e altrui. 1.6 Saper riconoscere una situazione di emergenza e accettare le modalità di evacuazione.</p> <p>2.1 Controllare schemi dinamici segmentari e generali (coordinazione, equilibrio, lateralità) e adattarli nell'ambiente in cui ci si trova. 2.2 Muoversi rispettando i comandi individuando situazioni statiche e dinamiche, superando ostacoli. 2.3 Coordinare movimenti della mano (ritagliare, incollare, pitturare con pennello, scrivere). 2.4 Controllare le proprie emozioni nella relazione con gli altri. 2.5 Rispettare le regole dei giochi motori proposti. 2.6 Saper riprodurre con il corpo una sequenza di ritmi.</p> <p>3.1 Saper riconoscere e denominare le parti del corpo su di sé, sugli altri e su un'immagine. 3.2 Saper rappresentare in modo completo la figura umana e ricomporla se divisa in più parti (6 elementi).</p>	<p>Il bambino:</p> <ul style="list-style-type: none"> - vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola. - controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva - riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.

SCUOLA PRIMARIA CLASSE PRIMA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
<p>1. IL CORPO E LA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p>	<p>1.1 Percepire il corpo in modo segmentario e globale 1.2 Affinare la capacità senso-percettiva per un controllo progressivo e graduale di movimenti e posture. 1.3 Prendere coscienza della posizione che il corpo assume nello spazio. 1.4 Sviluppare un atteggiamento positivo e di fiducia verso il proprio corpo. 1.5 Conoscere gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare.</p>	<p>L'alunno: - acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo</p>
<p>2. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE DEL FAIR PLAY</p>	<p>2.1 Iniziare a conoscere il gioco in tutte le sue forme e tipologie. 2.2 Comprendere, adottare e rispettare alcune regole basilari nel gioco tra compagni.</p>	<p>- sperimenta esperienze di gioco sport - comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco, il valore delle regole</p>
<p>3. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p>	<p>3.1 Valorizzare il rapporto tra musica e movimenti. 3.2 Muoversi seguendo una pulsazione o un semplice ritmo proposto o inventato. 3.3 Esplorare la possibilità del linguaggio corporeo e gestuale attraverso l'approccio alla drammatizzazione 3.4 Utilizzare il linguaggio del corpo per esprimere sentimenti ed emozioni.</p>	<p>- utilizza il linguaggio corporeo per comunicare i propri stati d'animo</p>
<p>4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE SICUREZZA</p>	<p>4.1 Attivare i sensi mediante giochi ed attività mirate. 4.2 Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli spazi delle attività.</p>	<p>- riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare</p>

SCUOLA PRIMARIA CLASSE SECONDA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
<p>1. IL CORPO E LA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p>	<p>1.1 Consolidare gli schemi motori e posturali. 1.2 Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date. 1.3 Adeguare il movimento al tempo, al ritmo. 1.4 Prendere coscienza della simmetria del corpo, riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri.</p>	<p>L'alunno: - acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo</p>
<p>2. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE DEL FAIR PLAY</p>	<p>2.1 Assumere un atteggiamento positivo, di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti. 2.2 Cooperare e interagire positivamente con gli altri, consapevoli del valore delle regole e dell'importanza di rispettarle.</p>	<p>- sperimenta esperienze di gioco sport - comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco, il valore delle regole</p>
<p>3. IL LINGUAGGIO EL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p>	<p>3.1 Valorizzare il rapporto tra musica e movimenti. 3.2 Inventare ed eseguire, in autonomia, semplici ritmi, gesti-suono o movimenti del corpo. 3.3 Esplorare la possibilità del linguaggio corporeo e gestuale attraverso l'approccio alla drammatizzazione 3.4 Usare il corpo a livello di gioco-simbolico, mimando semplici situazioni.</p>	<p>- utilizza il linguaggio corporeo per comunicare i propri stati d'animo</p>
<p>4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE SICUREZZA</p>	<p>2.1 Attivare i sensi mediante giochi ed attività mirate. 2.2 Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli spazi delle attività.</p>	<p>- agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri</p>

SCUOLA PRIMARIA CLASSE TERZA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
<p>1. IL CORPO E LA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p>	<p>1.1 Iniziare a conoscere e controllare il proprio corpo. 1.2 Sperimentare, con un atteggiamento positivo, situazioni motorie nuove e sempre più complesse. 1.3 Utilizzare ed eseguire correttamente semplici tecniche di respirazione. 1.4 Riconoscere, nelle diverse parti del corpo, il contrasto contrazione-rilassamento.</p>	<p>L'alunno: - acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo</p>
<p>2. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE DEL FAIR PLAY</p>	<p>2.1 Riprodurre e automatizzare gesti motori combinati. 2.2 Utilizzare entrambi gli arti negli esercizi e nei giochi. 2.3 Affinare la rapidità individuale per l'esecuzione dei movimenti. 2.4 Diminuire il tempo di reazione tra l'attivazione di uno stimolo e la comparsa della risposta.</p>	<p>- sperimenta esperienze di gioco sport - comprende il valore delle regole</p>
<p>3. IL LINGUAGGIO EL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p>	<p>3.1 Valorizzare il rapporto tra musica e movimenti. 3.2 Inventare ed eseguire, in autonomia, semplici ritmi, gesti- suono o movimenti del corpo. 3.3 Esplorare le possibilità del linguaggio corporeo e gestuale attraverso l'approccio alla drammatizzazione. 3.4 Utilizzare il linguaggio del corpo per esprimere sentimenti ed emozioni.</p>	<p>- utilizza il linguaggio corporeo per comunicare i propri stati d'animo</p>
<p>4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE SICUREZZA</p>	<p>4.1 Assumere ruoli diversi nel gioco e nella sua organizzazione. 4.2 Assumere comportamenti adeguati per la sicurezza in palestra.</p>	<p>- agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri</p>

SCUOLA PRIMARIA CLASSE QUARTA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
1. IL CORPO E LA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	1.1 Controllare il proprio corpo nel movimento e nelle posture. 1.2 Sviluppare la bilateralità per eseguire un movimento con entrambi gli arti. 1.3 Maturare la dominanza per imparare ad impostare, con una parte del corpo, il movimento, e sostenerlo con l'altra.	L'alunno: - acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione e la padronanza degli schemi posturali, nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali
2. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE DEL FAIR PLAY	2.1 Sviluppare le capacità coordinative. 2.2 Affinare l'equilibrio statico e dinamico. 2.3 Adattare gli schemi motori a parametri di spazio, tempo, ritmo. 2.4 Sviluppare rapidità individuale e capacità di anticipazione. 2.5 Acquisire una corretta mentalità nei confronti dell'agonismo. 2.6 Formarsi una coscienza sportiva sia come protagonista, sia come spettatore di eventi sportivi.	- 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
3. IL LINGUAGGIO EL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	3.1 Comunicare idee, sensazioni, emozioni attraverso movimenti e gesti. 3.2 Rappresentare con il movimento situazioni diverse quali narrazioni, canzoni, musiche. 3.3 Fornire il proprio originale e partecipato contributo alle rappresentazioni teatrali, ad attività ludiche, espressive e musicali.	- utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali
4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE SICUREZZA	4.1 Collaborare nell'organizzazione e nella scelta dei giochi collettivi. 4.2 Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni.	- agisce, rispettando i criteri di sicurezza basilari, per sé e per gli altri

SCUOLA PRIMARIA CLASSE QUINTA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
1. IL CORPO E LA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	1.1 Controllare il proprio corpo nel movimento e nelle posture. 1.2 Sviluppare la bilateralità per eseguire un movimento con entrambi gli arti. 1.3 Utilizzare correttamente il tono muscolare in situazioni e posizioni diverse. 1.4 Applicare e controllare la sequenza respiratoria in varie situazioni.	L'alunno: - acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione e la padronanza degli schemi posturali, nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali
2. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE DEL FAIR PLAY	2.1 Collaborare attivamente nelle attività di gioco-sport individuali e di squadra. 2.2 Inventare e organizzare esercizi e giochi. 2.3 Migliorare la rapidità individuale e la capacità di anticipazione. 2.4 Acquisire una corretta mentalità nei confronti dell'agonismo. 2.5 Formarsi una coscienza sportiva sia come protagonista, sia come spettatore di eventi sportivi.	- 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
3. IL LINGUAGGIO EL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	3.1 Migliorare l'espressività e la capacità di comunicazione gestuale. 3.2 Rappresentare con il movimento situazioni diverse quali narrazioni, canzoni, musiche. 3.3 Fornire il proprio originale e partecipato contributo alle rappresentazioni teatrali, ad attività ludiche, espressive e musicali.	- utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali
4. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE SICUREZZA	4.1 Collaborare nell'organizzazione e nella scelta dei giochi collettivi. 4.2 Organizzare, anche in autonomia, il gioco e il movimento. 4.3 Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni. 4.4 Prendere coscienza degli elementi che strutturano lo spazio e saperli utilizzare. 4.5 Riconoscere il rapporto tra gli alimenti e il benessere fisico. 4.6 Assumere comportamenti igienici e salutistici adeguati.	- agisce, rispettando i criteri base di sicurezza, per sé e per gli altri

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO CLASSE PRIMA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	1.1 Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove e inusuali 1.2 Sapere orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici 1.3 Affinare gli schemi motori di base in modo che coinvolgano tutte le parti del corpo nelle tre diverse dimensioni dello spazio realizzandosi nel tempo	Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione L'alunno è consapevole delle proprie esperienze motorie sia nei punti di forza che nei limiti

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO CLASSE SECONDA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
1. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	1.1 Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo 1.2 Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e sport Saper decodificare i gesti arbitrali nell'applicazione del regolamento di gioco 1.3 Favorire la scoperta di attitudini personali 1.4 Favorire il rispetto delle regole riferite sia alla disciplina che all'ambito scolastico e al vivere civile 1.5 Conoscere le caratteristiche delle azioni motorie di base usate nei vari contesti: gioco, sport e delle loro motivazioni	Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi(fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO CLASSE TERZA

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
<p>1. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>2. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>1.1 Realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra</p> <p>1.2 Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro e di giudice</p> <p>1.3 Conoscere discipline sportive individuali (atletica leggera)</p> <p>1.4 Conoscere discipline sportive di squadra (pallavolo, pallacanestro, pallamano, hit-ball, calcetto)</p> <p>2.1 Distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento a conclusione del lavoro</p> <p>2.2 Utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e altrui sicurezza</p> <p>2.3 Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici</p> <p>2.4 Conoscere le forme elementari di primo soccorso ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, alcool e droghe)</p>	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione - rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri - è capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune