

ISTITUTO COMPRENSIVO BRISIGHELLA

CURRICOLI VERTICALI di EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE (al termine della Classe Quinta della Scuola Primaria)

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. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione ed esperienze ritmico-musicali e coreutiche. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco - sport anche con orientamento alla futura pratica sportiva. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare, alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle

Il movimento	
<i>Conoscenze</i>	<i>Abilità</i>
Conosce le varie abilità motorie di base nelle azioni e il concetto di lateralizzazione. Conosce le esperienze vissute di controllo posturale e tonico-muscolare	Sa utilizzare una varietà di azioni motorie progressivamente più complesse, riconoscendo la lateralizzazione su di sé e sugli altri. Sa adattare il proprio corpo in situazioni di disequilibrio, in relazione a sé, allo spazio, agli altri e agli oggetti
Conosce le relazioni temporali e ritmi sperimentati, li memorizza e li rappresenta attraverso il movimento	Utilizza semplici elementi temporali (prima, dopo, contemporaneità, successione, alternanza) e sa riprodurre azioni motorie adattandole alle strutture ritmiche e viceversa
Conosce le relazioni tra movimento e spazio(traiettorie, distanze ,punti di riferimento, rapporti topologici, dimensioni)	Organizza il movimento individualmente e in gruppo in relazione allo spazio, anche in ambiente naturale

Conosce le varie abilità motorie nelle azioni e il concetto di lateralizzazione	Utilizza una varietà di azioni motorie progressivamente più complesse riconoscendo la lateralizzazione su di sé e sugli altri. Sapersi adattare a situazioni di disequilibrio
Conosce le relazioni temporali ,i ritmi sperimentati e rappresentarli attraverso il movimento	Riproduce azioni motorie adattandole a diverse strutture ritmiche e viceversa
Conosce la relazione tra movimento e spazio(traiettoria, distanza, punti di riferimento)in rapporto agli altri ed anche agli oggetti	Organizza il movimento in forma individuale e in gruppo in relazione spazio/temporale e in ambienti naturali
Conosce i cambiamenti fisiologici e strutturali del corpo(peso e altezza)in rapporto alla crescita ed al movimento	Dimostra consapevolezza dei cambiamenti del corpo in età evolutiva in relazione al movimento

Il linguaggio del corpo	
<i>Conoscenze</i>	<i>Abilità</i>
Conosce le modalità di comunicazione non verbale attraverso il corpo segni/segnali	Utilizza il corpo per comunicare situazioni ,stati d'animo ,emozioni suscitate da canzoni, bans ,racconti ,poesie e musiche attraverso la comunicazione non verbale individuale e in gruppo
Conosce il ritmo e riconosce le sequenze temporali nelle azioni proprie e dei compagni	Realizza e interpreta sequenze ritmiche di movimento/danza
Interpreta modi di espressione corporea ed utilizza contenuti comunicativi propri ed altrui	Crea, esegue individualmente in gruppo semplici coreografie per esprimere sentimenti e contenuti musicali

Gioco - Sport	
<i>Conoscenze</i>	<i>Abilità</i>
Conosce strutture e regole di giochi motori e giocosport sperimentali	Utilizza schemi motori combinati per diverse proposte di giocosport e li verbalizza
Conosce i nessi temporali e causali delle azioni motorie	Individua le azioni motorie più utili per risolvere semplici problemi motori, problem solving
Conosce le modalità di collaborazione sperimentate nel gioco evidenziando i punti di forza e le criticità	Assume un atteggiamento positivo nell'affrontare le esperienze di gioco e collabora con i compagni per raggiungere l'obiettivo comune
Conosce il concetto di regola e di sanzione	Riconosce e rispetta le regole ed accetta le sanzioni
Conosce strutture e regole di gioco-motorio, gioco-sport	Utilizza schemi motori combinati per differenti proposte di gioco-sport, anche con varianti
Conosce diverse modalità di soluzioni motorie nella realizzazione del gioco	Partecipa e contribuisce alla scelta nel gioco con interventi personali nei vari luoghi (problem solving)
Conosce diversi modi nel relazionarsi nel rispetto dell'altro, riconosce i vari ruoli nel gioco	Collabora con i compagni accettandone le diversità ed i ruoli (peer education) e contribuisce cooperando (cooperative learning)
Conosce regole, regolamento, comportamento da tenere nel gioco	Riconosce e rispetta regole, regolamento, sanzioni ed accetta la sconfitta

Salute e benessere	
<i>Conoscenze</i>	<i>Abilità</i>
Conosce i modi e criteri base per muoversi in sicurezza per sé e per gli altri; conosce l'uso degli attrezzi	Sa rapportarsi con gli altri nello spazio, anche con gli attrezzi, in sicurezza, nella prevenzione degli infortuni
Conosce alcune regole alimentari e per l'igiene personale	Mette in pratica corretti comportamenti per una sana alimentazione personale
Conosce il benessere psicofisico derivante dal movimento e dal gioco	Vive il gioco motorio come esperienza di autostima e autoefficacia
Conosce i pericoli nei vari ambienti e i criteri base per muoversi in sicurezza anche in presenza di altri e di attrezzi	Assume comportamenti controllati finalizzati alla prevenzione degli infortuni e alla sicurezza nei vari ambienti in presenza di altri e di attrezzi
Conosce le regole principali della corretta alimentazione ed igiene per mantenere lo stato di salute	Sa applicare autonomamente le principali regole alimentari e di igiene
Conosce il rapporto tra attività ludico motorie e le sensazioni di benessere che ne derivano	È consapevole che attività motoria e gioco inducono benessere