

Educazione Motoria		
CLASSE: 1ª Scuola Primaria		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI ED ESPERIENZE
<p>1. Acquisisce la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori.</p> <p>2. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche</p> <p>3. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>4. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Riconoscere, denominare e rappresentare le varie parti del corpo Interiorizzare le condotte motorie di base (camminare, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare) Controllare l'equilibrio del proprio corpo Muoversi secondo la direzione controllando la lateralità Acquisire la coordinazione oculo - manuale Acquisire la coordinazione spazio- temporale, in rapporto ad altri e ad oggetti</p> <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Comprendere il linguaggio dei gesti Esprimersi liberamente con il proprio corpo, attraverso giochi spontanei, simbolici e strutturali</p> <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole</p> <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Utilizzare in modo corretto gli attrezzi ginnici Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari</p>	<p>Percorsi Giochi di squadra Giochi con la palla Tecniche di rilassamento Riflessioni sulle attività svolte</p> <p>ESPERIENZE LEGATE AI CONTENUTI Percorsi Effettuare percorsi che prevedano uno schema motorio per volta e, progressivamente, schemi motori combinati tra loro: -correre/saltare - afferrare/lanciare - rotolare/strisciare/camminare</p> <p>Andature diverse legate agli animali (Es. la rana, il pinguino, il gambero, il serpente,...)</p> <p>Giochi di squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> ☺ Bandierina ☺ 1-2-3 stella ☺ Pecore e lupi (con varianti) ☺ Casa aperta e casa chiusa ☺ Sacco pieno e sacco vuoto ☺ Esercizi sulla lateralità ☺ Gioco dei bambini muro ☺ Lettere con il corpo ☺ Soffiare su un palloncino evitando che tocchi terra ☺ Assalto al castello <p>Tecniche di rilassamento Esercizi di imitazione di elementi della natura che richiamano la calma e la lentezza, anche utilizzando la musica</p> <p>Riflessione sulle attività svolte Cerchio del pensiero Sito dove poter trovare materiale utile www.archivio.pubblica.istruzione.it</p> <p>Ricchissimo di proposte didattiche per tutte le classi, con varianti e illustrazioni esplicative. Qui trovi anche: giocabolario (Elenco di giochi per la classe prima)</p>

Educazione Motoria		CLASSE: 2 ^a Scuola Primaria
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI ED ESPERIENZE
<p>1. Acquisisce la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori.</p> <p>2. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche</p> <p>3. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>4. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Riconoscere, denominare e rappresentare graficamente le varie parti del corpo su di sé e gli altri Consolidare le condotte motorie di base: camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare,...</p> <p>Cambiare in modo fluido il maggior numero possibile di condotte motorie di base Muoversi secondo la direzione controllando la lateralità Acquisire la coordinazione oculo-manuale Acquisire la coordinazione spazio-temporale, in rapporto ad altri a ad oggetti</p> <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Utilizzare il proprio corpo per esprimersi, comunicare stati d'animo e sentimenti, anche nelle forme della danza e della drammatizzazione</p> <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole</p> <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Utilizzare in modo corretto gli attrezzi ginnici Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari</p>	<p>Percorsi Giochi di squadra Giochi con la palla Tecniche di rilassamento Riflessioni sulle attività svolte</p> <p>ESPERIENZE LEGATE AI CONTENUTI Percorsi Effettuare percorsi cambiando tra loro schemi motori diversi Andature diverse legate agli animali (Es. la rana, il pinguino, il gambero, il serpente,...)</p> <p>Giochi di squadra ☺ Addizioni con il corpo ☺ Tabelline con i gruppi ☺ Sottrazioni ☺ Esercizi finalizzati al riconoscimento delle varie parti del corpo</p> <p>Tecniche di rilassamento Esercizi di imitazione di elementi della natura che richiamano la calma e la lentezza, anche utilizzando la musica</p> <p>Riflessione sulle attività svolte Cerchio del pensiero Sito dove poter trovare materiale utile www.archivio.pubblica.istruzione.it</p> <p>Ricchissimo di proposte didattiche per tutte le classi, con varianti e illustrazioni esplicative. Qui trovi anche: giocabolario (Elenco di giochi per la classe prima)</p>

Educazione Motoria		
CLASSE: 3 ^a Scuola Primaria		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI ED ESPERIENZE
<p>1. Acquisisce la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori.</p> <p>2. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche</p> <p>3. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>4. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Muoversi con scioltezza, destrezza, disinvoltura e ritmo (palleggiare, lanciare, ricevere da fermo e in movimento) Variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, tempo, equilibri Utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi</p> <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Utilizzare il proprio corpo per esprimersi anche nelle forme della danza e della drammatizzazione</p> <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Interagire positivamente con gli altri valorizzando le diversità Rispettare le regole dei giochi organizzati anche in forma di gara Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi di movimento e pre-sportivi</p> <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari</p>	<p>Percorsi Giochi di squadra Giochi con la palla Tecniche di rilassamento Riflessioni sulle attività svolte Tecniche principali dei principali sport: volley, basket, rugby</p> <p>ESPERIENZE LEGATE AI CONTENUTI Percorsi Effettuare percorsi che prevedano uno schemi motori combinati fra loro, anche attraverso l'utilizzo di attrezzi adeguati Attraverso il mimo utilizzare il corpo per rappresentare personaggi, oggetti, elementi naturali,...</p> <p>Giochi di squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> ☺ Bandierina ☺ Palla prigioniera ☺ Code rubate ☺ Palla che scotta ☺ Bowling ☺ Palleggi con mano destra e sinistra <p>Tecniche di rilassamento Esercizi di respirazione e rilassamento, anche abbinato all'ascolto di musica adeguata</p> <p>Riflessione sulle attività svolte Cerchio delle riflessioni: momento in cui si condividono riflessioni sul proprio comportamento e su quanto appreso dagli errori</p> <p>Tecniche principali dei principali sport: volley, basket, rugby Riproporre di tanto in tanto le attività presentate dai vari esperti per consolidare le tecniche apprese</p>

Educazione Motoria		
CLASSE: 4 ^a Scuola Primaria		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI ED ESPERIENZE
<p>1. Acquisisce la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori.</p> <p>2. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche</p> <p>3. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>4. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Coordinare diversi schemi motori Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione al sé, agli oggetti e agli altri (percorsi strutturati)</p> <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimenti o semplici coreografie.</p> <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare alle varie forme di gioco collaborativo con gli altri Rispettare le regole nella competizione sportiva, accettare l'insuccesso e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti.</p> <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Utilizzare in modo corretto gli attrezzi per la prevenzione degli infortuni Acquisire la consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari</p>	<p>Percorsi Staffette Capriola avanti e indietro Giochi di squadra Giochi con la palla Tecniche di rilassamento Riflessioni sulle attività svolte Tecniche principali dei principali sport: volley, basket, rugby</p> <p>ESPERIENZE LEGATE AI CONTENUTI Percorsi Affidare settimanalmente ad un bambino l'incarico di disegnare/progettare il percorso da proporre alla classe, previa valutazione dell'insegnante sulla gestibilità e sulla sicurezza dello stesso</p> <p>Giochi di squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> ☺ Bandierina ☺ Palla bollata ☺ Palla rilanciata ☺ Palla prigioniera ☺ Code rubate ☺ Palla che scotta ☺ Bowling ☺ Palleggi con mano destra e sinistra <p>Gratificare gli atteggiamenti positivi dei gruppi affidando loro la possibilità di scegliere il gioco. Formare squadre miste quando si vuole raggiungere un buon equilibrio nella competitività.</p> <p>Tecniche di rilassamento Esercizi di respirazione e rilassamento, anche abbinato all'ascolto di musica adeguata</p> <p>Riflessione sulle attività svolte Cerchio delle riflessioni: momento in cui si condividono riflessioni sul proprio comportamento e su quanto appreso dagli errori</p> <p>Tecniche principali dei principali sport: volley, basket, rugby Riproporre di tanto in tanto le attività presentate dai vari esperti per consolidare le tecniche apprese</p>

Educazione Motoria		
CLASSE: 5 ^a Scuola Primaria		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI ED ESPERIENZE
<p>1. Acquisisce la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori.</p> <p>2. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche</p> <p>3. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>4. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Coordinare diversi schemi motori (correre, affettare, lanciare, camminare, strisciare) Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione al sé, agli oggetti e agli altri (percorsi strutturati)</p> <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimenti o semplici coreografie.</p> <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare attivamente alle varie forme di gioco collaborativo con gli altri Rispettare le regole nella competizione sportiva, accettare l'insuccesso e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti.</p> <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Utilizzare in modo corretto gli attrezzi per la prevenzione degli infortuni Acquisire la consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>Percorsi Staffette Giochi di squadra Giochi con la palla Tecniche di rilassamento Riflessioni sul lavoro e sulle attività svolte Tecniche di base dei principali sport: volley, basket, rugby (con esperti esterni)</p> <p>ESPERIENZE LEGATE AI CONTENUTI</p> <p>Percorsi Affidare settimanalmente ad un bambino l'incarico di disegnare/progettare il percorso da proporre alla classe, previa valutazione dell'insegnante sulla gestibilità e sulla sicurezza dello stesso</p> <p>Giochi di squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> ☺ Bandierina ☺ Palla bollata ☺ Palla rilanciata ☺ Palla prigioniera ☺ Code rubate ☺ Palla che scotta ☺ Bowling ☺ Palleggi con mano destra e sinistra <p>Gratificare gli atteggiamenti positivi dei gruppi affidando loro la possibilità di scegliere il gioco. Formare squadre miste quando si vuole raggiungere un buon equilibrio nella competitività.</p> <p>Tecniche di rilassamento Esercizi di respirazione e rilassamento, anche abbinato all'ascolto di musica adeguata</p> <p>Riflessione sulle attività svolte Cerchio delle riflessioni: momento in cui si condividono riflessioni sul proprio comportamento e su quanto appreso dagli errori</p>

Educazione Motoria		
CLASSE: 1 ^a Scuola Secondaria di Primo Grado		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI ED ESPERIENZE
<p>Riuscire a compiere movimenti adeguati al contesto motorio per un' azione economica ed efficace.</p> <p>Risolvere in modo creativo un problema motorio.</p> <p>Affrontare la competizione sportiva o agonistica in modo razionale e consapevole.</p> <p>Valutare le proprie prestazioni e i relativi miglioramenti.</p> <p>Gestire le proprie abilità motorie e tecniche, collaborando con gli altri al fine di risolvere un problema positivo e corrette situazioni di gioco-sport.</p> <p>Raggiungere un'autonomia costante nello svolgimento delle attività motorie.</p> <p>Svolgere compiti di arbitraggio.</p> <p>Saper assumere comportamenti corretti e rispettosi della propria ed altrui sicurezza e salute, nelle attività motorie, nei giochi e nell'utilizzo di attrezzi e strutture.</p>	<p>Saper coordinare e quindi utilizzare diversi schemi motori di base (correre, saltare, afferrare, lanciare, muoversi, fermarsi).</p> <p>Migliorare le capacità condizionali (forza, resistenza, velocità e mobilità articolare)</p> <p>Partecipare in forma attiva alle attività ludiche proposte(gioco-sport)e sapersi relazionare in modo positivo con il gruppo.</p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza dei vari ambienti di pratica sportiva(palestra, spogliatoio, ambiente naturale ecc..)</p>	<p>Utilizzare i diversi schemi motori di base e trasferirli nelle varie esperienze di gioco sport:es:pallavolo,e riuscire ad effettuare il servizio dal basso in modo corretto,dal punto di vista tecnico ed efficace,in moda che la palla superi la rete e vada nel campo avversario.</p> <p>Saper portare a termine le prove condizionali indipendentemente dal risultato conseguito,in termini temporali e spaziali.Es:completare un circuito di resistenza(prova cronometrata),lancio della palla medica(prova misurata).</p> <p>Impegno,partecipazione e rispetto delle regole nelle varie attività di gioco-sport.</p> <p>Autocontrollo e rispetto per l'altro in caso di vittoria o sconfitta.</p> <p>Abbigliamento consono alle attività motorie. Attenersi pienamente alle consegne impartite dall'insegnante in merito alla prevenzione degli infortuni e alla sicurezza in palestra.</p>

Educazione Motoria		
CLASSI: 2 ^a e 3 ^a Scuola Secondaria di Primo Grado		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI ED ESPERIENZE
<p>Riuscire a compiere movimenti adeguati al contesto motorio per un' azione economica ed efficace.</p> <p>Risolvere in modo creativo un problema motorio.</p> <p>Affrontare la competizione sportiva o agonistica in modo razionale e consapevole.</p> <p>Valutare le proprie prestazioni e i relativi miglioramenti.</p> <p>Gestire le proprie abilità motorie e tecniche, collaborando con gli altri al fine di risolvere un problema positivo e corrette situazioni di gioco-sport.</p> <p>Raggiungere un'autonomia costante nello svolgimento delle attività motorie.</p> <p>Svolgere compiti di arbitraggio.</p> <p>Saper assumere comportamenti corretti e rispettosi della propria ed altrui sicurezza e salute, nelle attività motorie, nei giochi e nell'utilizzo di attrezzi e strutture</p>	<p>Saper usare efficacemente le proprie capacità di coordinazione in situazione statica e dinamica. Sapersi muovere con destrezza nello spazio in funzione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Migliorare e incrementare costantemente le capacità condizionali (forza, resistenza, velocità e mobilità articolare)</p> <p>Essere in grado di decodificare gesti e segnali dei compagni, degli avversari e dell'arbitro anche in funzione di responsabilità personale in situazioni di giochi sportivi.</p> <p>Saper eseguire diversi fondamentali del gioco individuale e di squadra anche in forma originale e creativa in tutte le variabili proposte(allenamento, gare).</p> <p>Partecipare alle attività in modo collaborativo e propositivo nel rispetto delle regole, dei compagni e degli avversari.</p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza dei vari ambienti di pratica sportiva(palestra, spogliatoio, ambiente naturale ecc..)</p>	<p>Utilizzare le capacità coordinative in modo adeguato alla situazione e finalizzate alla scelta del gesto tecnico e alla sua esecuzione :es. nel gioco della pallavolo saper eseguire i fondamentali (servizio, palleggio, bagher, schiacciata o colpo d'attacco),ed essere in grado di scegliere quale applicare.</p> <p>In rapporto alle capacità condizionali essere in grado di conseguire miglioramenti anche di modesta entità rispetto agli anni precedenti.</p> <p>Conoscere ed applicare il regolamento tecnico degli sport praticati in modo da saperlo decodificare e applicarlo: es. arbitro, giudice, segnapunti.</p> <p>Autocontrollo e rispetto per l'altro in caso di vittoria o sconfitta.</p> <p>Abbigliamento consono alle attività motorie. Attenersi pienamente alle consegne impartite dall'insegnante in merito alla prevenzione degli infortuni e alla sicurezza in palestra.</p>