



CURRICOLO DI ED. FISICA della scuola primaria



CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe prima della scuola primaria	2
CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe seconda della scuola primaria.....	3
CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe terza della scuola primaria	5
CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe quarta della scuola primaria	7
CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe quinta della scuola primaria	9



CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe prima della scuola primaria

- Competenza 1** Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.
- Competenza 2** Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.
- Competenza 3** Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.
- Competenza 4** Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari per il proprio benessere.



Competenza 1: acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Identificare le varie parti del corpo. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Riconoscimento e denominazione delle varie parti del corpo.

Competenza 2 : partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comprendere e rispettare le indicazioni e le regole delle attività motorie e sportive. ✓ Interagire e cooperare nel gruppo e confrontarsi lealmente con gli altri accettando i propri e gli altrui limiti. ✓ Accogliere le diversità manifestando senso di responsabilità. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Regole dei giochi praticati e conseguenti comportamenti corretti. ⇒ Relazioni: da solo, in coppia, in gruppo, in quadra. ⇒ Concetti di lealtà, rispetto partecipazione, cooperazione, limite.

Competenza 3 : muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare in modo appropriato gli spazi e le attrezzature. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Comportamenti corretti nell'ambiente scolastico.

Competenza 4: adottare semplici comportamenti igienico-alimentari per il proprio benessere.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Assumere adeguati comportamenti e stili di vita igienici e salutistici 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Informazioni riguardo le norme igienico-sanitarie per la salute e il benessere.



CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe seconda della scuola primaria

- Competenza 1** Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.
- Competenza 2** Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.
- Competenza 3** Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.
- Competenza 4** Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari per il proprio benessere.



Competenza 1 : acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Muoversi in modo coordinato e con agilità;<input type="checkbox"/> Utilizzare in modo efficace la motricità fine;<input type="checkbox"/> Adeguare il movimento al tempo, allo spazio, al ritmo;<input type="checkbox"/> Muoversi controllando la lateralità;<input type="checkbox"/> Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per esprimere emozioni e situazioni.	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Schemi motori di base.<input type="checkbox"/> schemi posturali.<input type="checkbox"/> coordinate spaziali.<input type="checkbox"/> sequenze ritmiche.<input type="checkbox"/> Lateralità.<input type="checkbox"/> modalità espressivo-corporee.

Competenza 2 : partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none">✓ Comprendere e rispettare le indicazioni e le regole delle attività motorie;✓ Adeguare il proprio movimento ai ritmi ed alle capacità degli altri;✓ Interagire con gli altri valorizzando le diversità;✓ Cooperare all'interno di un gruppo	<ul style="list-style-type: none">⇒ Regole dei giochi praticati e conseguenti comportamenti corretti.⇒ Relazioni: da solo, in coppia, in gruppo, in squadra.⇒ Concetti di: lealtà, rispetto, partecipazione e limite.



Competenza 3 : muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

Abilità	Conoscenze
✓ Utilizzare in modo corretto e sicuro, per sé e per i compagni, spazi ed attrezzature.	⇒ Comportamenti corretti nell'ambiente scolastico.

Competenza 4 : adottare semplici comportamenti igienico-alimentari per il proprio benessere.

Abilità	Conoscenze
✓ Assumere adeguati comportamenti alimentari e salutistici. ✓ Applicare le elementari norme igieniche legate alle attività ludico-motorie.	⇒ Informazioni igienico-sanitarie per la salute e il benessere.



CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe terza della scuola primaria

- Competenza 1** Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.
- Competenza 2** Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.
- Competenza 3** Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.
- Competenza 4** Adottare semplici comportamenti igienico-alimentari per il proprio benessere.



Competenza 1 acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordinare e utilizzare diversi schemi motori, anche combinati tra loro ✓ Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico – dinamico del proprio corpo. ✓ Gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali e a strutture ritmiche. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Schemi motori di base (corsa, salto, palleggi, lanci...) ⇒ Abilità motorie in forma singola – a coppie – in gruppo. ⇒ Coordinazione dei vari segmenti: occhio-mano, occhio – piede... ⇒ Esercizi di equilibrio - percorsi ⇒ Contemporaneità – successione ⇒ Ritmo

Competenza 2 partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rispettare le regole dei giochi organizzati. ✓ Cooperare all'interno di un gruppo ✓ Interagire positivamente con gli altri valorizzando le diverse capacità. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Conoscenza e rispetto delle regole dei giochi praticati. ⇒ Concetti di lealtà, rispetto, partecipazione, limite. ⇒ Utilizzo consapevole delle proprie capacità motorie tenendo conto delle capacità altrui.

Competenza 3: muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conoscere e utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Comportamenti corretti per muoversi in modo sicuro per sé e per gli altri nell'ambito scolastico.



Competenza 4: adottare semplici comportamenti igienico-alimentari per il proprio benessere.	
Abilità	Conoscenze
✓ Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute.	⇒ Relazione tra alimentazione ed esercizio fisico.



- Competenza 1** Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.
- Competenza 2** Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.
- Competenza 3** Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.
- Competenza 4** Adottare semplici comportamenti igienico-sanitari per il proprio benessere.



Competenza 1 : acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare correttamente gli schemi motori di base in successione e in interazione fra loro. ✓ Sperimentare situazioni di contrazione e decontrazione di movimenti. ✓ Eseguire semplici progressioni motorie, utilizzando codici espressivi diversi. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Le grandi articolazioni: caviglie, polsi, anche, spalle, collo. ⇒ Schemi motori e posturali funzionali all'esecuzione di prassie motorie semplici e complesse.

Competenza 2 : partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare efficacemente le abilità motorie funzionali all'esperienza di gioco e sport. ✓ Rispettare le regole nell'attività ludico-sportive organizzate anche in forma di gara. ✓ Accettare la diversità delle prestazioni motorie, rispettando gli altri e confrontandosi in modo leale. ✓ Cooperare nel gruppo e interagire positivamente con gli altri. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Conoscenze e rispetto delle regole dei giochi praticati. ⇒ Concetti di lealtà, rispetto, partecipazione, cooperazione e limite. ⇒ Utilizzo consapevole delle capacità motorie. ⇒ Giochi sportivi semplificati, organizzati anche sotto forma di gara.



Competenza 3 : muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.	
Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none">✓ Adottare comportamenti corretti ed adeguati per la sicurezza propria e altrui.	<ul style="list-style-type: none">⇒ Informazioni sui comportamenti corretti e/o pericolosi nell'ambiente scolastico.

Competenza 4 : adottare semplici comportamenti igienico-sanitari per il proprio benessere.	
Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none">✓ Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.	<ul style="list-style-type: none">⇒ Relazione tra alimentazione ed esercizio fisico.⇒ Norme igienico-sanitarie per la salute e il benessere.



CURRICOLO DI ED. FISICA al termine della classe quinta della scuola primaria

- Competenza 1** Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.
- Competenza 2** Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.
- Competenza 3** Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.
- Competenza 4** Adottare semplici comportamenti igienico-sanitari per il proprio benessere.



Competenza 1 : acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Utilizzare consapevolmente la propria capacità motoria; <input type="checkbox"/> Esprimere con il linguaggio del corpo modalità comunicativo-espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Schemi motori di base. <input type="checkbox"/> Potenzialità in rapporto a coordinate spazio-temporali. <input type="checkbox"/> Linguaggio del corpo come espressione anche di contenuti emozionali

Competenza 2 : partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Comprendere e rispettare le indicazioni e le regole delle attività motorie e sportive; <input type="checkbox"/> Interagire e cooperare nel gruppo e confrontarsi lealmente con gli altri accettando i propri e gli altrui limiti; <input type="checkbox"/> Accogliere le diversità manifestando senso di responsabilità. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Regole dei giochi praticati e conseguenti comportamenti corretti. <input type="checkbox"/> Relazioni: da solo, coppia, gruppo, squadra. <input type="checkbox"/> Pluralità di esperienze, di gioco e di sport <input type="checkbox"/> Concetti di lealtà, rispetto partecipazione, cooperazione, limite.

Competenza 3 : muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Applicare e rispettare le regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita. 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Informazioni su vantaggi, rischi o pericoli connessi all'attività ludico-motoria, sicurezza per sé e per gli altri

Competenza 4 : adottare semplici comportamenti igienico-alimentari per il proprio benessere.

Abilità	Conoscenze
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Assumere adeguati comportamenti e stili di vita igienici e salutistici 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Relazione tra alimentazione ed esercizio fisico. <input checked="" type="checkbox"/> Informazioni riguardo le norme igienico-sanitarie per la salute e il benessere.