| Ed. FISICA | PRIMA | SECONDA | TERZA | QUARTA | QUINTA | BIENNIO SEC. 1°GRADO | TERZA SEC. 1°GRADO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO** | Acquisisce gradualmente sicurezza nel muoversi in spazi ampi/ridotti, affollati/scarsa -mente affollati<br><br>Migliora e/o sviluppa l'attenzione visiva e uditiva per potenziare la capacità di memorizzare i particolari | Conosce con crescente sicurezza le parti del corpo e utilizza in modo funzionale<br><br>Acquisisce la capacità di controllo corporeo nell'eseguire esercizi e giochi individuali o a coppie<br><br>Sviluppa la coordinazione oculo -manuale per controllare la palla o i piccoli attrezzi | Conosce con sicurezza le parti del corpo e l e usa in modo funzionale.<br><br>Adegua il proprio corpo alle posture richieste.<br><br>Acquisisce gli schemi motori di base nelle varianti spazio temporali per muoversi con maggior abilità | Migliora il controllo dell'equilibrio in attività a corpo libero e con attrezzi.<br><br>Possiede un' adeguata coordinazione oculo - manuale.<br><br>Controlla e coordina gli arti inferiori e superiori | Consolida gli schemi motori di base per giungere ad una positiva padronanza degli stessi<br><br>Sa variare gli schemi motori in funzione di parametri spazio temporali<br><br>Sviluppa la capacità di valutare traiettorie e ritmi nelle azioni motorie diversificate<br><br>Utilizza abilità motorie in forma singola,in coppia,in squadra | Controllare e conoscere il proprio corpo<br><br>Adeguarsi a variazioni di ritmo<br><br>Percepire lo spazio e saper organizzare anche in funzione del tempo<br><br>Dimostrare di poter agire utilizzando le proprie doti di lateralizzazione, rilassamento, indipendenza segmentaria, coordinazione oculo manuale ed oculo podalica<br><br>Conoscere i propri limiti e le proprie capacità | Utilizza e trasferisce le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici nei vari sport<br><br>Utilizza l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.<br><br>Utilizza e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.<br><br>Sa orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole) |

| Ed. FISICA | PRIMA | SECONDA | TERZA | QUARTA | QUINTA | BIENNIO SEC. 1°GRADO | TERZA SEC. 1°GRADO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO ESPRESSIVA** | Prende coscienza delle parti del proprio corpo e nominarle<br><br>Migliora e sviluppa gli schemi motori di base<br><br>Riproduce o si muove a ritmi dati<br><br>Esegue percorsi e movimenti preordinati<br><br>Acquisisce la capacità di esprimersi attraverso la gestualità e la mimica<br><br>Riesce a controllare e dirigere palle verso bersagli | Sviluppa gradualmente la capacità di darsi e rispetta le regole nel gioco/sport<br><br>Migliora la capacità di interazione con i pari<br><br>Contribuisce alla riuscita dei giochi in un atteggiamento attivo<br><br>Potenzia la capacità di saper cambiare ruolo, posizione, gruppo | Contribuisce alla riuscita del gioco-sport<br><br>Acquisisce la capacità di cooperare e agire nel gruppo<br><br>Sa contribuire al successo della squadra di appartenenza<br><br>Sa interiorizzare ed esprimere comportamenti sociali positivi nel gruppo | Sa gestire le dinamiche di gruppo durante gli esercizi e i giochi<br><br>Coopera all'interno del gruppo: interagisce positivamente con gli altri comprendendo e accettando i propri limiti e valorizzando le diversità<br><br>Sa organizzare (creare, riordinare,modificare) le regole di un gioco, confrontandosi con gli altri | Sa applicare correttamente modalità di esecuzione di differenti proposte di gioco-sport<br><br>Favorisce e sostiene le dinamiche di gruppo<br><br>Migliora ulteriormente le capacità di collaborazione e cooperazione, valorizzando le diversità<br><br>Utilizza consapevolmente le proprie capacità e prestazioni motorie<br><br>Rispetta le regole e sostiene il gruppo anche durante le gare | Sa utilizzare al meglio elementi tecnici e regolamentari di alcuni sport e giochi presportivi<br><br>Si relaziona positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità e caratteristiche individuali<br><br>Rispetta le regole delle discipline sportive affrontate<br><br>Ha migliorato le capacità condizionali, in particolare la mobilità articolare<br><br>Sa gestire la gradualità della prestazione | Padroneggia le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti<br><br>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra<br><br>Conosce ed applica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice<br><br>Sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta |

| Ed. FISICA | PRIMA | SECONDA | TERZA | QUARTA | QUINTA | BIENNIO SEC. 1°GRADO | TERZA SEC. 1°GRADO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY** | Esegue giochi relativi alle conoscenze topologiche<br><br>Esegue esercizi e giochi di imitazione<br><br>Riconosce il bisogno di darsi delle regole per star bene insieme.<br><br>Accetta e rispetta le regole stabilite.<br><br>Sa cambiare posizione, gruppo, ruolo, incarico.<br><br>Si pone verso i pari in modo aperto e comunicativo | Sviluppa gradualmente la capacità di darsi e rispetta le regole nel gioco/sport.<br><br>Migliora la capacità di interazione con i pari<br><br>Contribuisce alla riuscita dei giochi in un atteggiamento attivo.<br><br>Potenzia la capacità di saper cambiare ruolo, posizione, gruppo | Contribuisce alla riuscita del gioco-spor<br><br>Acquisisce la capacità di cooperare e agire nel gruppo<br><br>Sa contribuire al successo della squadra di appartenenza.<br><br>Sa interiorizzare ed esprimere comportamenti sociali positivi nel gruppo | Sa gestire le dinamiche di gruppo durante gli esercizi e i giochi.<br><br>Coopera all'interno del gruppo: interagisce positivamente con gli altri comprendendo e accettando i propri limiti e valorizzando le diversità.<br><br>Sa organizzare (creare,riordinare, modificare) le regole di un gioco, confrontandosi con gli altri | Sa applicare correttamente modalità di esecuzione di differenti proposte di gioco-sport.<br><br>Favorisce e sostiene le dinamiche di gruppo<br><br>Migliora ulteriormente le capacità di collaborazione e cooperazione, valorizzando le diversità<br><br>Utilizza consapevolmente le proprie capacità e prestazioni motorie<br><br>Rispetta le regole e sostiene il gruppo anche durante le gare | Sa utilizzare al meglio elementi tecnici e regolamentari di alcuni sport e giochi presportivi<br><br>Si relaziona positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità e caratteristiche individuali<br><br>Rispetta le regole delle discipline sportive affrontate<br><br>Ha migliorato le capacità condizionali, in particolare la mobilità articolare<br><br>Sa gestire la gradualità della prestazione | Padroneggia le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.<br><br>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra<br><br>Conosce ed applica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice<br><br>Sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta |

| Ed. FISICA | PRIMA | SECONDA | TERZA | QUARTA | QUINTA | BIENNIO SEC. 1°GRADO | TERZA SEC. 1°GRADO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA** | Inizia a conoscere alcuni principi di una sana e corretta alimentazione<br><br>Conosce gradualmente gli spazi della scuola nei quali si muove con crescente sicurezza, nel rispetto delle regole | Conosce alcuni principi di una sana e corretta alimentazione<br><br>Si muove consapevolmente negli spazi della scuola, nel rispetto delle regole | Conosce la piramide alimentare e le caratteristiche dei principali alimenti<br><br>Sa dosare nel gioco gesti, forza e controllo di sé, in relazione alla finalità della riuscita del gioco<br><br>Migliora l' autocontrollo psico - fisico | Conosce la piramide alimentare e discrimina consapevolmente le caratteristiche dei principali alimenti<br><br>Utilizza in modo corretto, per sé e per i compagni, spazi e attrezzature e li usa con senso di responsabilità e sicurezza<br><br>Rispetta regole esecutive e funzionali alla sicurezza | Conosce la piramide alimentare e discrimina consapevolmente le caratteristiche dei principali alimenti<br><br>Utilizza in modo sicuro e corretto, sia per se stessi che per gli altri, spazi e attrezzature | Adotta un abbigliamento consono all'attività da svolgere<br><br>Utilizza in modo responsabile spazi e attrezzature , sia individualmente che in gruppo | E' in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.<br><br>E' in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.<br><br>Sa disporre, utilizzare, riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria ed altrui sicurezza<br><br>Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.<br><br>Pratica attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici<br><br>E' consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza( doping, droghe , alcool) |