

PROGETTAZIONE ANNUALE PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DI

EDUCAZIONE FISICA

CLASSE SECONDA

| Competenze | Obiettivi di apprendimento | Conoscenze | Abilità | Compito di realtà |
|---|---|--|--|-------------------|
| <p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. | <ul style="list-style-type: none"> • Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre /saltare, afferrare/lanciare, ecc.). • Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri. | <ul style="list-style-type: none"> • Lo schema corporeo. • Propri sensi e le modalità di percezione sensoriale. • Gli schemi motori e posturali. • Posizioni del corpo in rapporto allo spazio e al tempo. | <ul style="list-style-type: none"> • Individuare su di sé e sugli altri le parti del corpo. • Discriminare e verbalizzare le sensazioni vissute. • Muoversi con scioltezza, destrezza, disinvoltura, ritmo (palleggiare, lanciare, ricevere da fermo e in movimento...). • Utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi. • Variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio di tempo, equilibri (eseguire una danza, una marcia...). • Affinare la coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica. | |
| <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare i propri stati d'animo anche attraverso la | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti | <ul style="list-style-type: none"> • La comunicazione mimico-gestuale per drammatizzare storie conosciute anche con l'uso creativo degli attrezzi. • Adattamento del | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare il proprio corpo per esprimere situazioni. • Utilizzare il proprio corpo per esprimere emozioni legate alla propria esperienza. | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| <p>drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali.</p> | <p>emozionali.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. | <p>movimento alla musica e al ritmo.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Collaborare con gli altri compagni per inventare situazioni reali e fantastiche attraverso la gestualità. • Comprendere il linguaggio dei gesti. • Assumere e controllare in forma consapevole diverse posture del corpo con finalità espressive • Imitare cose animali e persone. | |
| <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. • Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere ed apprezzare molteplici discipline sportive. • Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. | <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport. • Saper utilizzare numerosi giochi derivati dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. • Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. • Rispettare le regole della competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità. | <ul style="list-style-type: none"> • Alcuni tipi di gioco-sport. • La collaborazione, la collaborazione costruttiva, il rispetto e la valorizzazione degli altri nelle attività di gruppo. • L'utilità ed il valore delle regole nelle diverse attività | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo. • Rispettare le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara. • Conoscere ed eseguire alcuni giochi che appartengono alla tradizione popolare. • Interagire positivamente con gli altri. • Discriminare differenti ruoli nel gioco. | |

| SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE ESICUREZZA | | | | |
|---|--|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia 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 corpo e ad un corretto regime alimentare. | <ul style="list-style-type: none"> • Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. • Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. • Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. | <ul style="list-style-type: none"> • Le principali regole di utilizzo appropriato degli spazi e degli attrezzi usati per la propria e altrui sicurezza. • Le essenziali norme di igiene personale legate all'attività sportiva. | <ul style="list-style-type: none"> • Muoversi nell'ambiente palestra rispettando principi e regole che garantiscono la sicurezza per sé e per i compagni. • Approfondire e affinare la conoscenza e il corretto utilizzo degli attrezzi con cui viene svolta l'attività motoria. • Conoscere le regole da rispettare, per la nostra sicurezza, in determinati ambienti di vita. • Riflettere sul cibo come fonte di energia per le nostre attività. | |