

**CLASSE PRIMA**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**

**COMPETENZE CHIAVE: COMPETENZA DIGITALE - COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITA' DI IMPARARE A IMPARARE - COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA – COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE - COMPETENZA IMPRENDITORIALE**

**NUCLEO TEMATICO: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO**

**DOCUMENTO DI VALUTAZIONE:**

- SMS\_G001: Utilizzare diversi schemi motori di base.

| TRAGUARDI                                                                                                                                                                                                     | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO                                                                                                                                                                                                                                                               | CONTENUTI GUIDA                                                                                                                                                                                                                                                                                     | VALUTAZIONE |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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. | Riconoscere e denominare le varie parti del corpo.<br><br>Collocarsi, in posizioni diverse, in rapporto ad altri e/o ad oggetti.<br><br>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva (correre /saltare, afferrare /lanciare, ecc.). | Esercizi a corpo libero individuali e a coppie.<br><br>Gli schemi motori in forma successiva e in forma simultanea.<br><br>Percorsi e staffette utilizzando piccoli attrezzi.<br><br>Giochi di movimento a coppie, a piccoli gruppi, a squadre utilizzando piccoli attrezzi nell'ambiente palestra. | O           | L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse e non proposte in precedenza, con autonomia e consapevolezza. |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco- sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> | <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento individuali e collettive.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive diverse proposte di gioco-sport.</p> | <p>Le varie parti del corpo e loro rappresentazione grafica.</p> <p>I concetti spaziali rispetto al proprio corpo, agli oggetti e agli altri.</p> <p>Le nozioni temporali (prima- dopo, veloce- lento, successione - contemporaneità).</p> <p>La destra e la sinistra su di sé.</p> <p>Le posture che il corpo può assumere. I ritmi di movimento.</p> <p>Schemi motori seguendo il ritmo della musica.</p> <p>Danze e balletti a coppie o in gruppo.</p> <p>Esercizi e balletti con musiche varie.</p> <p>Combinazioni di schemi motori di base sulla musica.</p> <p>Esercizi di drammatizzazione e imitazioni a specchio, a coppie o a gruppi.</p> <p>Giochi ed esercitazioni in forma di gioco-sport.</p> | Ds | L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse, con autonomia e consapevolezza. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | B  | L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) con autonomia e consapevolezza.                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Dc | L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) con parziale autonomia e consapevolezza.                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | S  | L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) sotto la guida e con il supporto del docente.                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | NS | L'alunno/a non coordina i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) a partecipare ai giochi proposti a imitare anche se guidato dal docente.                                         |

## OBIETTIVI ESSENZIALI NUCLEO TEMATICO: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

- Conoscere, riconoscere e denominare le principali parti del corpo.
- Riconoscere e rispondere a diversi stimoli sensoriali.
- Collocarsi in posizioni diverse in rapporto allo spazio.

## NUCLEO TEMATICO: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA

### DOCUMENTO DI VALUTAZIONE:

- SMS\_G001: Utilizzare diversi schemi motori di base.

| TRAGUARDI                                                                                                                                                                                                                                                         | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO                                                                                                                                                                                                                          | CONTENUTI GUIDA                                                                                                                                                                                                                                                                                    | VALUTAZIONE |                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.<br><br>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 | Controllare il proprio corpo in relazione agli oggetti, allo spazio e agli altri, sperimentando semplici gestualità tecniche.<br><br>Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. | Giochi spontanei, imitativi, simbolici, immaginativi.<br><br>Esercitazioni su semplici gestualità tecniche a corpo libero e/o con l'uso di attrezzi.<br><br>Il rispetto delle norme di sicurezza in palestra e nei vari ambienti scolastici.<br><br>Le norme di sicurezza in palestra e nel gioco. | O           | L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio, agli oggetti e agli altri, con autonomia e consapevolezza, riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse e non proposte in precedenza. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Ds          | L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio, agli oggetti e agli altri, con autonomia e consapevolezza, riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse.                              |

|                                              |  |  |    |                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------|--|--|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| nell'ambiente scolastico ed extrascolastico. |  |  | B  | L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio agli oggetti e agli altri con autonomia e consapevolezza.                           |
|                                              |  |  | Dc | L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio agli oggetti e agli altri con parziale autonomia e consapevolezza.                  |
|                                              |  |  | S  | L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio agli oggetti e agli altri solo se guidato e supportato dal docente.                 |
|                                              |  |  | NS | L'alunno/a non riesce abitualmente a controllare il proprio corpo in relazione allo spazio agli oggetti e agli altri anche se guidato dal docente. |

**OBIETTIVI ESSENZIALI NUCLEO TEMATICO: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA**

- Utilizzare semplici schemi posturali e motori.
- Coordinare e utilizzare semplici schemi motori combinati tra loro in forma statica (braccio destro/gamba sinistra ...).
- Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date.
- Utilizzare il corpo per rappresentare situazioni comunicative reali.

**NUCLEO TEMATICO: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**

**DOCUMENTO DI VALUTAZIONE:**

- SMS\_G002: Partecipare a semplici forme di gioco rispettando indicazioni e regole.

| TRAGUARDI                                                                                                               | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO                                                                                                                                                                 | CONTENUTI GUIDA                                                                                                       | VALUTAZIONE |                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. | <p>Saper utilizzare giochi applicando le indicazioni regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> | <p>Attività di psicomotricità.</p> <p>Giochi di squadre.</p> <p>Alcune fondamentali regole dei giochi di squadra.</p> | O           | L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco con autonomia e consapevolezza, riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse e non proposte in precedenza. |
|                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                            | Adeguamento personale alle regole prestabilite, indispensabili al buon funzionamento del gioco.                       | Ds          | L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco con autonomia e consapevolezza, riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse.                              |
|                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                       | B           | L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco con autonomia e consapevolezza.                                                                                  |
|                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                       | Dc          | L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco con parziale autonomia e consapevolezza.                                                                         |
|                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                       | S           | L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco principalmente sotto la guida e con il supporto del docente.                                                     |
|                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                       | NS          | L'alunno/a non riesce abitualmente a comprendere, rispettare e applicare indicazioni e regole delle varie forme di gioco anche se guidato dal docente.                                                    |

**OBIETTIVI ESSENZIALI NUCLEO TEMATICO: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**

- Partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole.
- Comprendere il valore delle regole.

**NUCLEO TEMATICO: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA****DOCUMENTO DI VALUTAZIONE:**

- SMS\_G001: utilizzare diversi schemi motori di base.
- SMS\_G002: Partecipare a semplici forme di gioco rispettando indicazioni e regole.

| TRAGUARDI                                                                                                                                                                          | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO                                                                                     | CONTENUTI GUIDA                                                                                                                                                                                             | VALUTAZIONE |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di | Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. | Nozioni d'igiene personale.<br><br>Avvio alla consapevolezza di una merenda sana. Conoscenza e utilizzo degli attrezzi e degli spazi di attività.<br><br>Il benessere legato all'attività ludico - motoria. | O           | L'alunno/a riconosce con chiarezza il legame tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta sempre comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando correttamente spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui. |

|                                   |  |  |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------|--|--|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sostanze che inducono dipendenza. |  |  | Ds | L'alunno/a riconosce il legame tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta spesso comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando correttamente spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.                  |
|                                   |  |  | B  | L'alunno/a riconosce i principali legami tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta generalmente comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.                |
|                                   |  |  | Dc | L'alunno/a riconosce parzialmente i principali legami tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta saltuariamente comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui. |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  | S  | L'alunno/a riconosce con il supporto del docente i principali legami tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta sotto la guida del docente comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  | NS | L'alunno/a non riconosce il legame tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale per promuovere un sano stile di vita. Non adotta comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, non utilizzando correttamente spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.                                     |
| <b>OBIETTIVI ESSENZIALI NUCLEO TEMATICO: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Utilizzare il corpo per rappresentare situazioni comunicative reali.</li><li>• Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li></ul> |  |  |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

Intervento quindicinale del Formatore di Scuola e Sport.