

EDUCAZIONE FISICA

OBIETTIVI CLASSE PRIMA	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<p>Apprendere e provare diversi schemi motori di base sia singolarmente che, in seguito, combinati tra loro (correre, saltare, lanciare, afferrare, arrampicare, etc. poi correre/afferrare, saltare/lanciare, etc.)</p> <p>Sperimentare la valutazione delle traiettorie, delle distanze, il senso del ritmo e dell'organizzazione delle azioni motorie in relazione al proprio corpo, agli altri e all'ambiente circostante.</p>
Il linguaggio del corpo con modalità comunicativa ed espressiva	<p>Imparare a conoscere e riconoscere attraverso l'osservazione delle espressioni corporee, proprie e degli altri, gli stati d'animo e le emozioni che le hanno provocate.</p> <p>Sperimentare sequenze di azioni motorie, semplici e via via più complesse, sia individualmente che collettivamente.</p>
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>Imparare a trasferire le varie azioni motorie di base in situazioni di gioco sportivo e/o tradizionale, cercando di gestirle adeguatamente.</p> <p>Apprendere le regole fondamentali dei vari giochi sportivi e/o tradizionali per poi saperle applicare e rispettare.</p> <p>Sperimentare la collaborazione con i compagni di gioco partecipando attivamente.</p> <p>Imparare a gestire la vittoria come la sconfitta, rispettando sempre vincitori e sconfitti.</p>
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>Conoscere i cambiamenti morfologici tipici dell'età evolutiva.</p> <p>Saper distinguere comportamenti adeguati e comportamenti potenzialmente pericolosi in ambito motorio.</p> <p>Comprendere l'importanza di una sana attività motoria per una migliore efficienza psicofisica e una giusta alimentazione per un corretto stile di vita.</p>

OBIETTIVI CLASSE SECONDA	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<p>Consolidare gli schemi motori di base, saper gestire la valutazione delle traiettorie, delle distanze, etc sapendo organizzare le proprie azioni in funzione dell'attività da svolgere.</p> <p>Saper dare risposte motorie adeguate anche in occasione di situazioni nuove e/o impreviste.</p> <p>Imparare ad orientarsi nello spazio sia in ambiente naturale che artificiale.</p>
Il linguaggio del corpo con modalità comunicativa ed espressiva	<p>Saper controllare la postura e l'espressività del proprio corpo riconoscendo questo tipo di espressività corporale come un linguaggio vero e proprio.</p> <p>Imparare a riconoscere il linguaggio corporeo dei propri compagni durante le attività praticate (gioco, sport, riposo, etc).</p> <p>Imparare a comprendere semplici gesti arbitrari in situazioni di gioco sportivo.</p>
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>Consolidare gli schemi motori tipici dei giochi sportivi e migliorarne l'efficienza.</p> <p>Saper gestire al meglio la collaborazione tra compagni di squadra e le varie situazioni competitive.</p> <p>Saper utilizzare il proprio autocontrollo durante situazioni competitive sia in condizioni sfavorevoli che favorevoli (sconfitta e vittoria)</p>
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>Saper riconoscere in se e negli altri i cambiamenti morfologici tipici dell'età evolutiva e conoscere l'importanza della pratica motoria/sportiva per contrastare l'insorgenza di paramorfismi e altri problemi legati al sedentarismo.</p> <p>Saper gestire le proprie energie fisiche conoscendo i propri limiti, in base all'attività praticata.</p> <p>Conoscere le principali norme igieniche, di prevenzione degli infortuni e della sicurezza sia in ambito sportivo che non.</p>

	Conoscere le principali regole di una sana alimentazione per mantenere una buona salute psicofisica e l'importanza di una costante attività motoria.
--	--

OBIETTIVI CLASSE TERZA	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per saper risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p> <p>Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</p>
Il linguaggio del corpo con modalità comunicativa ed espressiva	<p>Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <p>Saper decodificare i gesti dei compagni e avversari in situazioni di gioco e di sport.</p> <p>Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>Saper 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.</p>
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>Essere 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.</p> <p>Essere 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.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria ed altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni, anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare l'efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, alcool, fumo).</p>