

COMPETENZE ATTESE

Classe Prima

Ed. Fisica

DIMENSIONE:

MOTORIA E COGNITIVA

- padroneggia le abilità motorie di base in situazioni diverse;
- ha consapevolezza delle proprie competenze motorie, del proprio corpo e migliorare le proprie capacità fisiche;
- utilizza, se guidato, le attività motorie e sportive acquisite adattando il movimento nelle varie situazioni;
- si destreggia nella motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo.

SOCIALE ED EMOTIVO-RELAZIONALE

- utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo;
- interpreta e comunica contenuti emozionali e tecnici attraverso i gesti e il movimento;
- partecipa alle attività di gioco e di sport rispettandone le regole;
- sperimenta e condivide i corretti valori dello sport e del fair play;
- partecipa a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole e sapendo gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria;
- si assume le responsabilità nei confronti delle proprie azioni, si integra nel gruppo e si impegna per il bene comune, accettando e rispettando l'altro.

COMPORTAMENTI E STILI DI VITA ATTIVI E SANI

- utilizza nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita;
- applica a se stesso comportamenti di promozione dello star bene in ordine a un sano stile di vita;
- rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

CONOSCENZE

DIMENSIONE:

MOTORIA E COGNITIVA

- Utilizzare una varietà di azioni motorie progressivamente più complesse riconoscendo la lateralizzazione su di sé e sugli altri.
- Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata e dimostrare di aver acquisito soddisfacente sensibilità percettiva.
- Dimostrare un sufficiente feedback negli apprendimenti a carattere motorio.
- Utilizzare in modo guidato i principali schemi motori, combinati con diverse variabili spaziali, temporali e senso- percettive.
- Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici.
- Inventare movimenti con piccoli attrezzi su specifica richiesta Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili semplici (mappe e bussole).

SOCIALE ED EMOTIVO-RELAZIONALE

- Giochi ed attività sportive incentrate sull'attivazione di competenze cognitive, relazionali e socio-emotive.
- Esercizi e percorsi a corpo libero, con grandi e piccoli attrezzi.
- Giochi di ruolo, attività cooperative e collaborative inclusive.
- Attività in ambiente naturale e urbano finalizzate ad apprendimenti motori e alla scoperta del territorio.

- Saper utilizzare in forma personale il corpo e gli attrezzi di fantasia per esprimere emozioni attraverso segni/segnali non verbali (mimo, danza, drammatizzazione), anche in gruppo.
- Rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità, posture e movimenti.
- Ampliare la gamma delle modalità espressive e comunicative del corpo.
- Partecipare attivamente collaborando con i compagni e rispettando le diversità.
- Gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco e sportive.
- Saper utilizzare schemi motori combinati a differenti proposte di gioco-sport.
- Saper utilizzare le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive individuali.
- Saper organizzarsi autonomamente e insieme agli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive.
- Essere in grado di realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.
- Comprendere le regole base del fair play.
- Strutturare una relazione costruttiva con l'ambiente di apprendimento.
- Attività espressivo-motorie.

COMPORTAMENTI E STILI DI VITA ATTIVI E SANI

- Saper assumere comportamenti controllati finalizzati alla prevenzione degli infortuni e alla sicurezza nei vari ambienti in presenza di altri e di attrezzi.
- Partecipare attivamente e con continuità alle differenti tipologie di attività proposte.
- Saper essere attento alla cura della propria persona, delle cose e degli altri
- Essere in grado di seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.
- Praticare il movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.
- Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di sostanze illecite.