

## EDUCAZIONE FISICA CLASSE SECONDA

**COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: COMPETENZE IN MATEMATICA** (esprimersi in modo personale, con creatività e partecipazione, essere sensibile alla pluralità di culture, lingue, esperienze)

### COMPETENZE DISCIPLINARI

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.
- 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.
- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
- 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 proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.
- Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

### NUCLEI FONDANTI

### CONOSCENZE

### ABILITA'

#### IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

Le parti del corpo.  
Le posizioni fondamentali.  
Gli schemi motori semplici.  
Schemi motori combinati.  
Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di informazioni.  
Orientamento spaziale.  
Le andature e lo spazio disponibile.  
La direzione, la lateralità.  
La destra e la sinistra.  
Sperimentazione del maggior numero possibile di movimenti naturali (camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare...).

La coordinazione dinamica generale e la coordinazione oculo –manuale e segmentaria.

- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri.
- Scoprire ed eseguire le posizioni fondamentali che il corpo può assumere (in piedi, in ginocchio,, seduti,...).
- Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive uditive, tattili e cinestetiche).
- Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro.
- Orientarsi autonomamente nell'ambiente palestra.
- Sperimentare le prime forme di schieramenti (fila, riga, circolo).
- Conoscere ed eseguire globalmente diversi modi di camminare, correre e saltare.
- Adattare le diverse andature in relazione allo spazio.
- Utilizzare anche combinazioni dei diversi schemi.
- Muoversi secondo una direzione, controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali:

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• a. Prendere coscienza della propria dominanza laterale.;</li> <li>• b. Distinguere su di se la destra e la sinistra;</li> <li>• c. Collocarsi in posizioni diverse in relazione in relazione ad altri.</li> </ul>
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	L'espressività corporea. La tensione muscolare e gli stati emotivi.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. sperimentare l'espressività corporea;</li> <li>b. comprendere che la tensione muscolare corrisponde ad uno stato emotivo.</li> </ul> </li> </ul>
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE DEL FAIR PLAY	Le discipline sportive. La gestualità tecnica. Il valore e le regole dello sport.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di giochi motori e a squadre:</li> <li>• Eseguire attività motorie nel rispetto delle regole e della lealtà.</li> </ul>
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Comportamenti consoni alle situazioni. L'igiene del corpo. Regole alimentari e di movimento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere comportamenti che possono originare situazioni di pericolo.</li> <li>• Conoscere comportamenti igienici adeguati.</li> <li>• Conoscere alcune regole per favorire uno stato di benessere fisico.</li> </ul>
		<b>ATTIVITA'</b>
• SETTEMBRE- OTTOBRE – NOVEMBRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi per il riconoscimento e la denominazione delle varie parti del corpo</li> <li>• Esercizi e giochi motori</li> <li>• Giochi per la scoperta delle sensazioni e percezioni</li> <li>• Esercizi di percezioni e riproduzione di posizioni e gesti</li> <li>• Esercizi sulla respirazione e di equilibrio</li> <li>• Giochi per la coordinazione oculo-manuale</li> </ul>	
DICEMBRE/GENNAIO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giochi motori a squadre</li> <li>• Esercizi eseguiti in un circuito</li> <li>• Giochi di staffetta</li> <li>• Giochi per esplorare le possibilità del linguaggio corporeo e gestuale.</li> </ul>	
FEBBRAIO-MARZO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giochi collaborativi</li> <li>• Giochi liberi e strutturati rispettando regole relative a spazi, oggetti e compagni</li> <li>• Giochi di strategia e giochi liberi.</li> </ul>	
APRILE –MAGGIO-GIUGNO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi per eseguire in autonomia semplici ritmi, gesti o movimenti del corpo</li> <li>• Esercizi per sviluppare le attività espressive, ludiche e motorie</li> <li>• Giochi per esplorare le possibilità del linguaggio corporeo e gestuale.</li> </ul>	

## SAPERI IRRINUNCIABILI AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA

<p>La conoscenza del sé corporeo.  Le capacità senso – percettive: uditive, tattili, visive, cinestesiche.  I concetti spaziali e temporali.  Gli schemi posturali statici (flettere, inclinare, piegare, elevare, oscillare...)  Gli schemi motori di base (camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare...).</p> <p>Consolidare la coordinazione dinamica generale; la coordinazione oculo– manuale ed oculo – podalica.  Muoversi secondo semplici ritmi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riconoscere e denominare le parti del corpo e saperle rappresentare graficamente.</li> <li>• Riconoscere la destra e la sinistra su di sé.</li> <li>• Riconoscere i principali concetti spazio-temporali rispetto al proprio corpo.</li> <li>• Sperimentare i principali schemi motori statici e dinamici</li> <li>• Sviluppare una coordinazione dinamica generale.</li> <li>• Muoversi secondo semplici ritmi.</li> </ul>
<p>Esperienza di libera espressione del proprio corpo attraverso giochi spontanei, imitativi, simbolici, immaginativi.  Interazione positiva con i compagni.  Accettazione della sconfitta.  Rispetto di semplici regole di comportamento legate alle esigenze di gioco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esprimersi liberamente con il proprio corpo attraverso giochi spontanei,</li> <li>• imitativi, simbolici, immaginativi.</li> <li>• Interagire positivamente con i compagni.</li> <li>• Abituarsi ad accettare la sconfitta.</li> <li>• Rispettare semplici regole di comportamento legate alle esigenze di gioco..</li> </ul>
<p>Conoscenza e utilizzazione in modo corretto degli attrezzi e degli spazi di attività.  Sperimentazione delle sensazioni di benessere legate all’attività ludico-motorie.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere e utilizzare in modo corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.</li> <li>• Riconoscere sensazioni di benessere legate all’attività ludico- motorie.</li> </ul>

## **METODOLOGIE:**

Le attività proposte intendono rispondere al bisogno primario dei bambini di vivere esperienze coinvolgenti, gratificanti, piacevoli. Saranno presentate, pertanto, in forma ludica e sempre variata.

Saranno graduate per difficoltà ed intensità dell'impegno richiesto in modo da predisporre i ragazzi a superare blocchi e timori di non riuscire di fronte a situazioni che, in quanto nuove, potrebbero apparire difficili.

Le proposte risponderanno all'esigenza di educare alla socialità attraverso attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre al fine di favorire la collaborazione, la solidarietà, l'aiuto reciproco, il rispetto e la lealtà verso gli altri.

## **ORGANIZZAZIONE LAVORO CLASSE:**

**Lavoro individuale** libero, con assistenza dell'insegnante, programmato su materiale autocorrettivo e strutturato.

**Lavoro a due** insegnante/alunno; alunno/alunno (alla pari).

**Lavoro in gruppi**

## **MEZZI E STRUMENTI:**

Ambiente palestra.

Attrezzi ginnici.

## **VERIFICHE**

- Osservazione dei comportamenti.

Valutazione della prestazione connessa al compito.

Prove oggettive iniziali, in itinere, finali.

## **CRITERI DI VALUTAZIONE:**

La valutazione periodica ed annuale degli apprendimenti degli alunni sarà espressa in decimi . Le valutazioni trimestrali, oltre che del profitto conseguito durante lo svolgimento dei vari percorsi didattici, terranno conto anche:

- **autonomia gestionale operativa**
- Uso degli strumenti
- Uso del tempo
- Uso delle tecniche
- **Autonomia cognitiva**
- Uso delle procedure
- Uso delle preconcoscenze
- **Autonomia emotivo – relazionale**
- Scelta dei comportamenti
- Capacità di autocontrollo.