

## NOTA METODOLOGICA

Il corpo, i suoni e le immagini sono importanti mezzi attraverso i quali gli alunni possono esprimere sé stessi, comprendere i codici dei relativi linguaggi, partecipare a diverse esperienze sociali.

Il corpo costituisce il modo globale d'essere di ogni bambino: la maggior parte degli apprendimenti di base passa attraverso la corporeità (si pensi alle competenze legate alla scrittura, alla spazialità, all'osservazione) così come l'espressione di emozioni e sentimenti.

Per sviluppare e potenziare le competenze motorie le attività sono diversificate ed adeguate allo spazio/palestra disponibile, con l'utilizzo degli attrezzi codificati ed eventualmente di attrezzi non convenzionali e costruiti con materiali vari. Le proposte sono presentate in forma ludica per permettere agli alunni di esercitare la motricità spontanea e di ricevere sollecitazioni per lo sviluppo delle numerose funzioni che stanno alla base dei comportamenti motori. Inoltre, favoriscono la maturazione di atteggiamenti socio - comportamentali positivi.

L'approccio metodologico è di tipo induttivo, basato sulla libera esplorazione, scoperta guidata, problem solving. L'esperienza ludica risulta funzionale a tali metodologie poiché stimola la creatività e mantiene alto il livello di motivazione. Fondamentale è la creazione di un clima sereno in cui ogni alunno, anche il più timido e in difficoltà, possa essere coinvolto attivamente, guidato ad interagire con lo spazio circostante e con gli altri, diventando protagonista del proprio percorso di apprendimento. Si creano in tal modo le condizioni affinché ciascuno sviluppi consapevolmente:

- una giusta maturazione sul piano psicomotorio,
- un rapporto orientato nello spazio e nel tempo,
- autonomia e senso di responsabilità,
- rispetto dei tempi e dei ritmi propri e altrui,
- rispetto delle regole.

L'educazione ludico motoria promuove e sviluppa processi cognitivi ed abilità trasversali a più discipline:

- capacità senso-percettive che permettono di riconoscere, discriminare, integrare, interpretare e ricordare informazioni e stimoli;
- concetti relativi a spazio e orientamento con organizzazione dello spazio fisico-geometrico e relazionale;
- tempo e strutture ritmiche;
- abilità relative alla comunicazione gestuale e mimica, alla drammatizzazione, al movimento abbinato alla musica;
- corretti comportamenti relazionali, capacità di iniziativa, di soluzione di problemi, conoscenza e rispetto delle regole;
- consapevolezza delle variazioni fisiologiche indotte dal movimento.

Per questo l'attività motoria non si esaurisce solo in palestra, ma vede agganci interdisciplinari con altri ambiti. I percorsi, per esempio, possono introdurre la questione delle relazioni spaziali in modo sinergico, lavorando non solo dal punto di vista motorio, ma anche nella prospettiva degli obiettivi disciplinari della geometria, della geografia, dell'immagine (rappresentazioni dello spazio)

Allo stesso modo i concetti temporali agiti si legano agli obiettivi disciplinari di storia e musica. Inoltre, le osservazioni sulla struttura e le funzioni del corpo si riallacciano agli obiettivi delle scienze.

#### Strategie operative facilitanti l'apprendimento:

- Incoraggiare ad essere attivi attraverso l'utilizzo di feedback positivi, verbali e non;
- Favorire la natura personale dell'apprendimento;
- Creare un clima di accettazione e valorizzazione delle diversità;
- Promuovere la fiducia in sé;
- Facilitare la scoperta e l'elaborazione individuale;
- Favorire l'inclusione attraverso l'obliquità educativa
- Arricchire l'offerta formativa attraverso la multilateralità
- Promuovere dinamiche relazionali positive e collaborative.

La programmazione didattica, declinata secondo tali modalità, si inserisce nella proposta progettuale d'Istituto legata ai "Linguaggi del corpo".

**Disciplina Educazione Fisica** CLASSE PRIMA

<b>Traguardi per lo sviluppo delle competenze</b>	<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Contenuti Attività e tempi (intero anno scolastico)</b>
<p>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.</p> <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>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>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.</p>	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare ecc....)</li><li>● Individuare e consolidare la dominanza laterale.</li><li>● Migliorare la capacità di orientare il proprio corpo nello spazio seguendo indicazioni spaziali (vicino – lontano, avanti – dietro, destra – sinistra, dentro – fuori) e temporali (prima – dopo- contemporaneamente)</li></ul> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva.</i></p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Esercizi - gioco per lo sviluppo delle capacità tattili, visive, uditive e per orientarsi nello spazio in rapporto agli altri e agli oggetti.</li><li>● Le varie parti del corpo</li><li>● Esercizi e giochi (anche con attrezzi) attraverso i quali il bambino potrà riconoscere il proprio lato dominante</li><li>● Schemi motori e posturali di base.</li><li>● Le posizioni che il corpo può assumere in rapporto allo spazio e al tempo</li><li>● Muoversi nello spazio seguendo indicazioni verbali o simboli (Coding e percorsi).</li><li>● Codici espressivi non verbali.</li></ul>

<p>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.</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.</i></p> <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Giochi di esplorazione, di imitazione, di immaginazione...</li>   <li>● Giochi di regole.</li> </ul>
--	---	---

**Disciplina Educazione Fisica** CLASSI SECONDA E TERZA

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento	Contenuti Attività e tempi (intero anno scolastico.)
<p>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.</p> <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>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>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.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare ecc....)</li> <li>● Muoversi consapevolmente nello spazio circostante, orientandosi attraverso punti di riferimento, utilizzando gli indicatori topologici (avanti, dietro, sinistra, destra, ecc.) e temporali (prima – dopo- contemporaneamente)</li> <li>● Riconoscere relazioni di successione, di contemporaneità e durate in fenomeni ed esperienze vissute.</li> </ul> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Schemi motori e posturali</li> <li>● La posizione personale e quella degli oggetti nello spazio vissuto, rispetto a diversi punti di riferimento.</li> <li>● Percorsi: progettare, costruire e affrontare semplici percorsi.</li> <li>● Eseguire un semplice percorso guidato da comandi verbali o da simboli (freccie).</li> <li>● Verbalizzare e rappresentare graficamente i percorsi fatti (liberi e/o guidati)</li> <li>● Giochi di movimento e andature varie in situazioni dinamiche.</li> <li>● Giochi di orientamento spazio-temporale con e senza attrezzi.</li> </ul>

<p>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.</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</li> </ul> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</li> <li>● Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</li> <li>● Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di alcune proposte di gioco sport.</li> </ul> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Giochi di imitazione, di immaginazione, popolari, giochi organizzati sotto forma di gare.</li> <li>● Corrette modalità esecutive e regole.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Utilizzo corretto degli spazi e degli attrezzi</li> </ul>
--	---	--

**Disciplina Educazione Fisica** CLASSI QUARTA E QUINTA

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento	Contenuti e tempi (Intero anno)
<p>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.</p> <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>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>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.</p>	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare ecc...)</li><li>● Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successione temporale delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</li></ul> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva.</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</li><li>● Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Consolidamento schemi motori e posturali.</li><li>● Affinamento delle capacità coordinative generali e speciali.</li><li>● Modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo.</li></ul>

<p>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.</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</li> <li>● Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</li> <li>● Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.</li> <li>● Rispettare le regole nella competizione sportiva.</li> <li>● Saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</li> </ul> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p> <p>Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Esperienze ludico-sportive: rispetto delle regole, lealtà, sportività.</li>   <li>● Regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni.</li> <li>● Variazioni fisiologiche indotte dall'esercizio e tecniche di modulazione/recupero dello sforzo (frequenza cardiaca e respiratoria).</li> <li>● L'alimentazione e corporeità.</li> </ul>
--	--	--



