



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
*Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"*  
Rocca di Papa

## **EDUCAZIONE FISICA**



SCUOLA DELL'INFANZIA	
CAMPO D'ESPERIENZA	IL CORPO E IL MOVIMENTO
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLA COMPETENZA	<p>IL BAMBINO:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.</li><li>2. Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.</li><li>3. Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.</li><li>4. Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.</li><li>5. Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.</li></ol>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

<i>Scuola infanzia 3 anni</i>			
<i>Indicatori</i>	<i>Obiettivi di apprendimento</i>		<i>Contenuti e attività</i>
	<i>Conoscenze</i>	<i>Abilità</i>	
<i>Identità, autonomia, salute.</i>	Conosce: <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> si riconosce appartenente al proprio sesso;</li><li><input type="checkbox"/> usa correttamente i servizi igienici;</li><li><input type="checkbox"/> è autonomo al momento del pranzo.</li></ul>	Sa: <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> percepisce il proprio corpo;</li><li><input type="checkbox"/> riconosce il proprio corpo nella sua globalità;</li><li><input type="checkbox"/> riconosce denominandole le principali parti del corpo su se stesso e su gli altri;</li><li><input type="checkbox"/> rappresentazione dello schema corporeo;</li><li><input type="checkbox"/> sviluppare e controllare gli schemi motori di base ( strisciare, gattonare, camminare);</li><li><input type="checkbox"/> acquisire corrette abitudini alimentari.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Giochi motori.</li><li><input type="checkbox"/> Attività manipolative con diversi materiali.</li><li><input type="checkbox"/> Rappresentazione grafica di un percorso motorio proposto.</li><li><input type="checkbox"/> Attività di routine.</li></ul>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

<b>Scuola dell'Infanzia 4 anni</b>			
<b>Indicatori</b>	<b>Obiettivi di apprendimento</b>		<b>Contenuti e attività</b>
	<b>Conoscenze</b>	<b>Abilità</b>	
<i>Identità, autonomia, salute.</i>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> sa vestirsi e svestirsi;</li><li><input type="checkbox"/> utilizza in modo corretto cucchiaio e forchetta;</li><li><input type="checkbox"/> esegue movimenti su richiesta;</li><li><input type="checkbox"/> saltella solo con un piede;</li><li><input type="checkbox"/> esegue un semplice percorso ad ostacoli;</li><li><input type="checkbox"/> imita i movimenti.</li></ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> prendere coscienza del proprio corpo in rapporto con gli altri;</li><li><input type="checkbox"/> discriminare le proprietà percettive degli oggetti utilizzando i 5 sensi;</li><li><input type="checkbox"/> saper riconoscere ed esprimere i bisogni del proprio corpo (fame, sete e bisogni fisiologici);</li><li><input type="checkbox"/> saper discriminare, riconoscere ed esprimere sensazioni dolorose relative al proprio corpo;</li><li><input type="checkbox"/> prendere coscienza del sesso di appartenenza;</li><li><input type="checkbox"/> eseguire un percorso tenendo conto dei riferimenti spaziali;</li><li><input type="checkbox"/> acquisire corrette abitudini igienico-sanitarie (lavarsi le mani, soffiarsi il naso, andare in bagno);</li><li><input type="checkbox"/> acquisire corrette abitudini alimentari (mangiare seduti a tavola, usare correttamente le posate, assaggiare nuovi cibi);</li><li><input type="checkbox"/> acquisire autonomia nell'uso degli oggetti personali (vestirsi, svestirsi, allacciare, slacciare, abbottonare, sbottonare, infilare, sfilare, piegare).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Giochi di conoscenza del proprio io e degli altri.</li><li><input type="checkbox"/> Creazione di cartellone per l'acquisizione di una corretta alimentazione.</li><li><input type="checkbox"/> Realizzazione ed elaborazione inerenti alla routine quotidiana.</li></ul>



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
*Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"*  
 Rocca di Papa

Scuola infanzia 5 anni			
Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<p><b>Il corpo e il movimento</b>  <i>Identità, autonomia, salute</i></p>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> cura in autonomia la propria persona;</li> <li><input type="checkbox"/> dimostra di coordinare i propri movimenti;</li> <li><input type="checkbox"/> sa orientarsi con sicurezza all'interno della scuola;</li> <li><input type="checkbox"/> conosce gli organi di senso e le loro funzioni;</li> <li><input type="checkbox"/> eseguire un percorso complesso.</li> </ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> prendere coscienza del proprio corpo in rapporto a parametri spazio-temporali rispetto a se stesso e sugli altri;</li> <li><input type="checkbox"/> disciplinare le esperienze sensoriali e percettive che permettono di sperimentare le potenzialità positive e negative degli alimenti, degli oggetti;</li> <li><input type="checkbox"/> rappresentare graficamente le varie parti del corpo;</li> <li><input type="checkbox"/> identificare le funzioni delle varie parti del corpo;</li> <li><input type="checkbox"/> riconoscere la destra e la sinistra su se stessi;</li> <li><input type="checkbox"/> sviluppare la coordinazione posturale;</li> <li><input type="checkbox"/> riprodurre ed interpretare con il proprio corpo strutture ritmiche;</li> <li><input type="checkbox"/> sviluppare la coordinazione oculo - manuale (motricità fine);</li> <li><input type="checkbox"/> progettare ed attuare efficaci strategie motorie in relazione al contesto, alle regole, agli obiettivi da raggiungere, alle dinamiche degli oggetti, alle dinamiche di gruppo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Percorsi motori con ritmi e suoni diversi.</li> <li><input type="checkbox"/> Gioco simbolico.</li> <li><input type="checkbox"/> Rielaborazione grafica di percorsi con materiali diversi</li> <li><input type="checkbox"/> Giochi di coordinazione, nel grande e nel piccolo gruppo.</li> </ul>



SCUOLA PRIMARIA	
DISCIPLINA	EDUCAZIONE FISICA
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLA COMPETENZA	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 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.</li><li>2. 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.</li><li>3. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</li><li>4. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</li><li>5. 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 nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</li><li>6. 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.</li><li>7. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li></ol>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Classe I scuola primaria			
Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> lo schema corporeo;</li><li><input type="checkbox"/> i propri sensi e le modalità di percezione sensoriale;</li><li><input type="checkbox"/> gli schemi motori e posturali;</li><li><input type="checkbox"/> le posizioni del corpo in rapporto allo spazio e al tempo;</li><li><input type="checkbox"/> si orienta nello spazio circoscritto;</li><li><input type="checkbox"/> la lateralità del proprio corpo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> riconosce e denomina le varie parti del corpo su di sé e sugli altri;</li><li><input type="checkbox"/> verbalizza le proprie sensazioni sensoriali legate all'esperienza vissuta;</li><li><input type="checkbox"/> sviluppa la coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica negli schemi motori;</li><li><input type="checkbox"/> si colloca in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o ad oggetti;</li><li><input type="checkbox"/> prende coscienza della propria lateralità;</li><li><input type="checkbox"/> si muove secondo una direzione, controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Rappresentazione grafica dello schema corporeo per riconoscere, denominare e rappresentare graficamente le varie parti del corpo.</li><li><input type="checkbox"/> Esecuzione di semplici percorsi, lavoro a stazioni per coordinare e collegare i movimenti naturali.</li><li><input type="checkbox"/> Esercizi individuali, a coppie o a piccoli gruppi su imitazione o su esempio.</li><li><input type="checkbox"/> Utilizzare il proprio corpo e piccoli attrezzi per rappresentare e drammatizzare semplici e brevi storie.</li></ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> sperimenta su di sé e con gli altri il linguaggio corporeo e motorio per esprimere i propri stati d'animo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> verbalizza le proprie sensazioni sensoriali legate all'esperienza vissuta;</li><li><input type="checkbox"/> si muove secondo una direzione, controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali;</li><li><input type="checkbox"/> utilizza modalità espressive e corporee in forma originale.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Utilizza il proprio corpo e piccoli attrezzi per rappresentare e drammatizzare semplici e brevi storie.</li><li><input type="checkbox"/> Utilizza il proprio corpo attraverso la danza e diverse forme di drammatizzazione.</li></ul>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> diverse proposte di gioco, utilizzando il corpo in relazione allo spazio a disposizione o utilizzando piccoli attrezzi;</li><li><input type="checkbox"/> rispetta le regole proposte nel gioco.</li></ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> utilizza e adatta gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali in base al gioco proposto;</li><li><input type="checkbox"/> utilizza e adatta gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali in base alle regole proposte;</li><li><input type="checkbox"/> accetta le regole proposte sia in caso di sconfitta sia in caso di vittoria.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Utilizzare il proprio corpo e piccoli attrezzi per realizzare i giochi proposti quali: staffette, attività a piccoli gruppi, lavoro a stazioni.</li><li><input type="checkbox"/> Creare cartelloni, striscioni sulle regole da rispettare nel gioco.</li></ul>
<b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> rispetta le regole igienico - comportamentali riconoscendo alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico.</li></ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> adotta comportamenti consoni al rispetto delle regole igienico - comportamentali.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Creare cartelloni, striscioni sulle regole igienico - comportamentali da seguire</li></ul>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Classe II scuola primaria			
Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> lo schema corporeo;</li><li><input type="checkbox"/> gli schemi motori e posturali;</li><li><input type="checkbox"/> posizioni del corpo in rapporto allo spazio e al tempo;</li><li><input type="checkbox"/> riconoscere e orientarsi nello spazio circoscritto;</li><li><input type="checkbox"/> riconoscere la lateralità del proprio corpo;</li><li><input type="checkbox"/> coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi, ecc...</li></ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> riconosce e denomina le varie parti del corpo su di sé e sugli altri;</li><li><input type="checkbox"/> sviluppa la coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica negli schemi motori;</li><li><input type="checkbox"/> si colloca in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o ad oggetti;</li><li><input type="checkbox"/> prende coscienza della propria lateralità;</li><li><input type="checkbox"/> si muove secondo una direzione, controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali;</li><li><input type="checkbox"/> controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico del proprio corpo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Rappresentazione grafica dello schema corporeo per riconoscere, denominare e rappresentare graficamente le varie parti del corpo.</li><li><input type="checkbox"/> Esecuzione di semplici percorsi, lavoro a stazioni per coordinare e collegare i movimenti naturali.</li><li><input type="checkbox"/> Esercizi individuali, a coppie o a piccoli gruppi su imitazione o su esempio.</li><li><input type="checkbox"/> Percorsi ed esercizi individuali o a coppie sviluppando la propriocettività.</li></ul>
<b>Linguaggio del corpo come modalità comunicativo - espressiva</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> esprimere emozioni utilizzando il linguaggio mimico-gestuale, anche attraverso drammatizzazioni, danza e giochi.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Riproduzione di ritmi e semplici andature su basi musicali e sonorità naturali.</li></ul>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> rispettare le regole dei giochi organizzati;</li><li><input type="checkbox"/> interagire positivamente con gli altri;</li><li><input type="checkbox"/> utilizzare in modo corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.</li></ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> utilizza e adatta gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali in base al gioco proposto;</li><li><input type="checkbox"/> utilizza e adatta gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali in base alle regole proposte;</li><li><input type="checkbox"/> esprimere le proprie emozioni e opinioni relativamente alle esperienze di gioco;</li><li><input type="checkbox"/> assumere ruoli diversi nel gioco e nell'organizzazione, proponendo e accettando eventuali modifiche;</li><li><input type="checkbox"/> accetta le regole proposte sia in caso di sconfitta sia in caso di vittoria.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Utilizzare il proprio corpo e piccoli attrezzi per realizzare i giochi proposti: staffette, attività a piccoli gruppi, lavoro a stazioni.</li><li><input type="checkbox"/> Giochi di cooperazione con utilizzo di diversi attrezzi (palle, funi, cerchi, clavette, appoggi Baumann, con).)</li><li><input type="checkbox"/> Creare cartelloni, striscioni sulle regole da rispettare nel gioco.</li></ul>
<b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> rispetta le regole igienico - comportamentali riconoscendo alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico;</li><li><input type="checkbox"/> utilizzare in modo corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> adotta comportamenti consoni al rispetto delle regole igienico - comportamentali.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Creare cartelloni, striscioni sulle regole igienico - comportamentali da seguire.</li></ul>



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
*Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"*  
 Rocca di Papa

Classe III scuola primaria			
Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p style="text-align: center;">Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi, etc.;</li> <li><input type="checkbox"/> saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo;</li> <li><input type="checkbox"/> organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità e successione) e a strutture ritmiche.</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> sviluppa la coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica negli schemi motori;</li> <li><input type="checkbox"/> si colloca in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o ad oggetti;</li> <li><input type="checkbox"/> prende coscienza della propria lateralità;</li> <li><input type="checkbox"/> si muove secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Esecuzione di percorsi a difficoltà crescente.</li> <li><input type="checkbox"/> Lavoro a stazioni per coordinare e collegare i movimenti naturali</li> <li><input type="checkbox"/> Esercizi individuali, a coppie o a piccoli gruppi su imitazione o su esempio.</li> </ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> utilizzare in modo appropriato la propria lateralità;</li> <li><input type="checkbox"/> adattare gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Esercizi individuali, a coppie o a piccoli gruppi su imitazione o su esempio.</li> <li><input type="checkbox"/> Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie collettive su imitazione.</li> </ul>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi di movimento e pre - sportivi individuali e di squadra;</li><li><input type="checkbox"/> assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo con gli altri;</li><li><input type="checkbox"/> valorizzare e rispettare le regole.</li></ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> mantenere attenzione ed impegno per tutta la durata del gioco;</li><li><input type="checkbox"/> utilizzare consapevolmente le proprie capacità motorie finalizzandole all'esperienza ludica;</li><li><input type="checkbox"/> esprimere le proprie emozioni e opinioni relativamente all'esperienza di gioco;</li><li><input type="checkbox"/> controllare le proprie emozioni;</li><li><input type="checkbox"/> assumere ruoli diversi nel gioco e nell'organizzazione, proponendo e accettando eventuali modifiche.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Giochi a staffetta e a squadre sulla coordinazione dinamica generale.</li><li><input type="checkbox"/> Eseguire percorsi e circuiti organizzati anche dagli alunni.</li><li><input type="checkbox"/> Eseguire giochi di orientamento nello spazio, individuali, a coppie, di squadra.</li></ul>
<b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività;</li><li><input type="checkbox"/> percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> adottare comportamenti consoni al rispetto delle regole igienico - comportamentali;</li><li><input type="checkbox"/> acquisire gradualmente la consapevolezza delle proprie funzioni respiratorie e cardiache.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Creare cartelloni, striscioni sulle regole igienico - comportamentali da seguire.</li><li><input type="checkbox"/> Saper applicare le regole alimentari relative alla piramide alimentare.</li></ul>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Classe IV Scuola Primaria			
Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>□ consolidare gli schemi motori e posturali, affinando le capacità coordinative;</li><li>□ saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico - dinamico del proprio corpo.</li></ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>□ sviluppa la coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica negli schemi motori;</li><li>□ si colloca in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o ad oggetti;</li><li>□ riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, organizzando il proprio movimento in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ Esecuzione di percorsi a difficoltà crescente.</li><li>□ Lavoro a stazioni per coordinare e collegare i movimenti naturali.</li><li>□ Esercizi individuali, a coppie o a piccoli gruppi su imitazione o su esempio.</li></ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi, etc.;</li><li>□ organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità e successione) e a strutture ritmiche;</li><li>□ utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ utilizzare in modo appropriato la propria lateralità;</li><li>□ adattare gli schemi motori e posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea;</li><li>□ variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, tempo, equilibrio;</li><li>□ migliorare la destrezza insieme alla capacità di anticipazione e scelta.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ Esercizi individuali, a coppie o a piccoli gruppi su imitazione o su esempio.</li><li>□ Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie collettive su imitazione.</li><li>□ Giochi di percezione corporea per il rilassamento.</li><li>□ Percorsi con elementi di coordinazione motoria, agilità e controllo del tono muscolare.</li></ul>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<p>Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>□ Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi di movimento e pre - sportivi individuali e di squadra;</li><li>□ assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo con gli altri;</li><li>□ valorizzare e rispettare le regole;</li><li>□ partecipare attivamente ai giochi, anche in forma di gara, collaborando con gli altri ,accettando la sconfitta, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità, assumendo comportamenti adeguati per la sicurezza propria e altrui.</li></ul>	<p>Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>□ mantenere attenzione ed impegno per tutta la durata del gioco;</li><li>□ utilizzare consapevolmente le proprie capacità motorie finalizzandole all'esperienza ludica;</li><li>□ esprimere le proprie emozioni e opinioni relativamente all'esperienza di gioco;</li><li>□ controllare le proprie emozioni;</li><li>□ assumere ruoli diversi nel gioco e nell'organizzazione, proponendo e accettando eventuali modifiche;</li><li>□ partecipare individualmente o in gruppo a giochi tradizionali reinterpretandoli, con l'apporto di variazioni personali.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ Giochi a staffetta e a squadre sulla coordinazione dinamica generale.</li><li>□ Eseguire percorsi e circuiti organizzati anche dagli alunni.</li><li>□ Eseguire giochi di orientamento nello spazio, individuali, a coppie, di squadra.</li><li>□ Avviare alla conoscenza di alcuni giochi sportivi.</li></ul>
<b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività;</li><li>□ percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludicomotoria;</li><li>□ riconoscere una situazione di sforzo in relazione all'attività richiesta;</li><li>□ adottare comportamenti appropriati per la propria sicurezza e quella dei compagni.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ adottare comportamenti consoni al rispetto delle regole igienico - comportamentali;</li><li>□ acquisire gradualmente la consapevolezza delle proprie funzioni respiratorie e cardiache.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ Creare cartelloni, striscioni sulle regole igienico - comportamentali da seguire.</li><li>□ Saper applicare le regole alimentari relative alla piramide alimentare.</li><li>□ Saper disporre, utilizzare e riporre gli attrezzi in modo corretto.</li></ul>



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
*Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"*  
 Rocca di Papa

<b>Classe V Scuola primaria</b>			
<b>Indicatori</b>	<b>Obiettivi di apprendimento</b>		<b>Contenuti e attività</b>
	<b>Conoscenze</b>	<b>Abilità</b>	
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p style="text-align: center;">Conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> consolidare gli schemi motori e posturali, affinando le capacità coordinative;</li> <li><input type="checkbox"/> saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico - dinamico del proprio corpo;</li> <li><input type="checkbox"/> organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e in successione;</li> <li><input type="checkbox"/> migliorare le proprie capacità fisiche e muscolari.</li> <li><input type="checkbox"/> conoscere i concetti topologici spaziali fondamentali.</li> <li><input type="checkbox"/> conoscere i principali concetti</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Sa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> consolida la coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica negli schemi motori;</li> <li><input type="checkbox"/> usare indiscriminatamente entrambe le mani e i piedi;</li> <li><input type="checkbox"/> riconoscere la parte dominante del proprio corpo;</li> <li><input type="checkbox"/> riconoscere su sé e sugli altri un comando destro-sinistro;</li> <li><input type="checkbox"/> si colloca in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o ad oggetti;</li> <li><input type="checkbox"/> riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, organizzando il proprio movimento in</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Esecuzione di percorsi a difficoltà crescente.</li> <li><input type="checkbox"/> Lavoro a stazioni per coordinare e collegare i movimenti naturali.</li> <li><input type="checkbox"/> Esercizi individuali, a coppie o a piccoli gruppi su imitazione o su esempio.</li> <li><input type="checkbox"/> Corse di velocità e di mezzofondo.</li> <li><input type="checkbox"/> Pre - atletica: corse, salti, andature con ritmi diversi.</li> </ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo - espressiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi, etc.;</li> <li><input type="checkbox"/> organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità e successione) e a strutture ritmiche;</li> <li><input type="checkbox"/> utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> collocarsi in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o ad oggetti;</li> <li><input type="checkbox"/> utilizzare in modo appropriato la propria lateralità;</li> <li><input type="checkbox"/> adattare gli schemi motori e posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea;</li> <li><input type="checkbox"/> variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, tempo, equilibrio;</li> <li><input type="checkbox"/> migliorare la destrezza insieme alla capacità di anticipazione e scelta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Esercizi individuali, a coppie o a piccoli gruppi su imitazione o su esempio.</li> <li><input type="checkbox"/> Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie collettive su imitazione.</li> <li><input type="checkbox"/> Giochi di percezione corporea per il rilassamento.</li> <li><input type="checkbox"/> Percorsi con elementi di coordinazione motoria, agilità e controllo del tono muscolare.</li> </ul>



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
**Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"**  
 Rocca di Papa

Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi di movimento e pre - sportivi individuali e di squadra;</li> <li><input type="checkbox"/> assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo con gli altri;</li> <li><input type="checkbox"/> valorizzare e rispettare le regole;</li> <li><input type="checkbox"/> partecipare attivamente ai giochi, anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità, assumendo comportamenti adeguati per la</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> mantenere attenzione ed impegno per tutta la durata del gioco;</li> <li><input type="checkbox"/> utilizzare consapevolmente le proprie capacità motorie finalizzandole all'esperienza ludica;</li> <li><input type="checkbox"/> esprimere le proprie emozioni e opinioni relativamente all'esperienza di gioco;</li> <li><input type="checkbox"/> sviluppare comportamenti relazionali;</li> <li><input type="checkbox"/> assumere ruoli diversi nel gioco e nell'organizzazione, proponendo e accettando eventuali modifiche;</li> <li><input type="checkbox"/> rispettare le regole dei giochi sportivi praticati;</li> <li><input type="checkbox"/> spiegare ai compagni le regole di un semplice gioco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Giochi a staffetta e a squadre sulla coordinazione dinamica generale.</li> <li><input type="checkbox"/> Eseguire percorsi e circuiti organizzati anche dagli alunni.</li> <li><input type="checkbox"/> Eseguire giochi di orientamento nello spazio, individuali, a coppie, di squadra.</li> <li><input type="checkbox"/> Avviare alla conoscenza di alcuni giochi sportivi.</li> <li><input type="checkbox"/> Giochi di socializzazione.</li> <li><input type="checkbox"/> Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri</li> </ul>
<b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività;</li> <li><input type="checkbox"/> percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria;</li> <li><input type="checkbox"/> riconoscere una situazione di sforzo in relazione all'attività richiesta;</li> <li><input type="checkbox"/> adottare comportamenti appropriati per la propria sicurezza e quella dei compagni;</li> <li><input type="checkbox"/> praticare attività di movimento per migliorare le proprie capacità fisiche.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> adottare comportamenti consoni al rispetto delle regole igienico-comportamentali;</li> <li><input type="checkbox"/> acquisire gradualmente la consapevolezza delle proprie funzioni respiratorie e cardiache;</li> <li><input type="checkbox"/> saper controllare il proprio respiro e sapersi rilassare muscolarmente dopo l'attività motoria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Creare cartelloni, striscioni sulle regole igienico - comportamentali da seguire.</li> <li><input type="checkbox"/> le regole alimentari relative alla piramide alimentare.</li> </ul>



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

SCUOLA secondaria di primo grado	
DISCIPLINA	EDUCAZIONE FISICA
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLA COMPETENZA	<ol style="list-style-type: none"><li>1. L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</li><li>2. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</li><li>3. Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</li><li>4. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</li><li>5. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</li><li>6. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</li></ol>



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
**Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"**  
 Rocca di Papa

Classe I Scuola Secondaria di primo grado			
Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i>	<input type="checkbox"/> Conoscenze e miglioramento della capacità di organizzarsi nello spazio e nel tempo. <input type="checkbox"/> Conoscenza e miglioramento della funzione cardio-respiratoria abbinata al movimento.	<input type="checkbox"/> Sa rapportare il proprio schema corporeo allo spazio in cui agisce. <input type="checkbox"/> Sa coordinare una percezione visiva con un movimento di manipolazione. <input type="checkbox"/> Sa essere bilaterale e riconosce gli arti dominanti. <input type="checkbox"/> Sa riconoscere il proprio corpo, il suo modo di muoversi, la sua posizione nello spazio. <input type="checkbox"/> Sa apprezzare distanze e traiettorie <input type="checkbox"/> Sa riconoscere e adattarsi ai vari tipi di	<input type="checkbox"/> Elementi di base a corpo libero e con piccoli attrezzi <input type="checkbox"/> Esercizi propedeutici e specifici ai grandi attrezzi <input type="checkbox"/> Circuiti a tempo <input type="checkbox"/> Lanci e prese con la palla <input type="checkbox"/> Elementi di pre – acrobatica <input type="checkbox"/> Diversi tipi di salti e corsa <input type="checkbox"/> Attività ludico ginniche
<i>Il linguaggio del corpo come modalità di comunicazione espressiva</i>	<input type="checkbox"/> Conoscenza dell'ambiente (palestra, campo aperto) <input type="checkbox"/> Conoscenza ed uso degli attrezzi <input type="checkbox"/> Conoscenza delle norme di sicurezza per sé e per gli altri <input type="checkbox"/> Conoscenza e rispetto dei compagni e degli insegnanti <input type="checkbox"/> Conoscenza e rispetto delle regole <input type="checkbox"/> Percezione del proprio corpo e del	<input type="checkbox"/> Saper controllare i segmenti corporei <input type="checkbox"/> Conoscere le modificazione cardio-respiratorie durante il movimento <input type="checkbox"/> Rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità e posture <input type="checkbox"/> Comprendere il linguaggio dei gesti <input type="checkbox"/> Conoscenza del sé corporeo ed emotivo e capacità di autocontrollo e gestione	<input type="checkbox"/> Giochi ritmici – musicali <input type="checkbox"/> Esercizi in equilibrio statico e dinamico <input type="checkbox"/> Esercizi ai grandi attrezzi <input type="checkbox"/> Giochi di espressività motoria



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il gioco, lo sport e le regole del fair play</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Conosce il modo di relazionarsi con gli altri</li><li><input type="checkbox"/> Conosce le regole di gioco</li><li><input type="checkbox"/> Conosce le regole del fair play</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Sa lavorare in gruppo</li><li><input type="checkbox"/> Sa rispettare il proprio ritmo di lavoro e quello dei compagni</li><li><input type="checkbox"/> Sceglie il comportamento più idoneo nelle diverse situazioni</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Giochi di gruppo: vari giochi ludici, vari tipi di staffetta e percorsi a squadre, hit ball, baseball, badminton, palla prigioniera, pallavolo, pallacanestro, minitennis, palla rilanciata, bowling, orienteering, frisbee.</li><li><input type="checkbox"/> Principali gesti atletici: velocità, salto in alto, salto in lungo, fondo e mezzo fondo</li></ul>
<b>Sicurezza prevenzione salute e benessere</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Conosce le norme principali della prevenzione infortuni</li><li><input type="checkbox"/> Conosce gli effetti delle attività motorie per il benessere della persona.</li><li><input type="checkbox"/> Presa di coscienza della propria efficienza fisica ed autovalutazione delle proprie capacità</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Utilizza in modo responsabile spazi e attrezzature.</li><li><input type="checkbox"/> Rispetta le regole del fair play</li><li><input type="checkbox"/> Riconosce il corretto rapporto fra esercizio fisico, alimentazione e benessere</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Esercizi sulla capacità di muoversi usando tutto lo spazio a disposizione, tutti i piani e le direzioni consentite</li><li><input type="checkbox"/> Giochi di imitazione</li><li><input type="checkbox"/> Giochi di competizione</li></ul>



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
*Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"*  
 Rocca di Papa

Classe II Scuola Secondaria di primo grado			
Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<input type="checkbox"/> Conoscenze e miglioramento della capacità di organizzarsi nello spazio e nel tempo  <input type="checkbox"/> Conoscenza e miglioramento della funzione cardio-respiratoria abbinata al movimento	<input type="checkbox"/> Sa rapportare il proprio schema corporeo allo spazio in cui agisce  <input type="checkbox"/> Sa riconoscere il proprio corpo, il suo modo di muoversi, la sua posizione nello spazio  <input type="checkbox"/> Sa apprezzare distanze e traiettorie  <input type="checkbox"/> Sa riconoscere e adattarsi ai vari tipi di ritmo proposti	<input type="checkbox"/> Elementi di base a corpo libero e con piccoli attrezzi  <input type="checkbox"/> Esercizi propedeutici e specifici ai grandi attrezzi  <input type="checkbox"/> Circuiti a tempo  <input type="checkbox"/> Lanci e prese con la palla  <input type="checkbox"/> Elementi di pre - acrobatica  <input type="checkbox"/> Diversi tipi di salti e corsa  <input type="checkbox"/> Attività ludico ginniche
<b>Il linguaggio del corpo come modalità di comunicazione espressiva</b>	<input type="checkbox"/> Conoscenza dell'ambiente (palestra, campo aperto)  <input type="checkbox"/> Conoscenza ed uso degli attrezzi  <input type="checkbox"/> Conoscenza delle norme di sicurezza per sé e per gli altri  <input type="checkbox"/> Conoscenza e rispetto dei compagni e degli insegnanti  <input type="checkbox"/> Conoscenza e rispetto delle regole  <input type="checkbox"/> Percezione del proprio corpo e del suo linguaggio	<input type="checkbox"/> Saper controllare i segmenti corporei  <input type="checkbox"/> Conoscere le modificazione cardio-respiratorie durante il movimento  <input type="checkbox"/> Comprendere il linguaggio dei gesti  <input type="checkbox"/> Conoscenza del sé corporeo ed emotivo e capacità di autocontrollo e gestione	<input type="checkbox"/> Giochi ritmici - musicali  <input type="checkbox"/> Esercizi in equilibrio statico e dinamico  <input type="checkbox"/> Esercizi ai grandi attrezzi



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il gioco, lo sport e le regole del fair play</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Conosce il modo di relazionarsi con gli altri</li><li><input type="checkbox"/> Conosce le regole di gioco</li><li><input type="checkbox"/> Conosce le regole del fair play</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Sa lavorare in gruppo</li><li><input type="checkbox"/> Sa rispettare il proprio ritmo di lavoro e quello dei compagni</li><li><input type="checkbox"/> Sceglie il comportamento più idoneo nelle diverse situazioni</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Giochi di gruppo: vari giochi ludici, vari tipi di staffetta e percorsi a squadre, hit ball, baseball, badminton, palla prigioniera, pallavolo, pallacanestro, minitennis, palla rilanciata, bowling, orienteering, frisbee.</li><li><input type="checkbox"/> Principali gesti atletici: velocità, salto in alto, salto in lungo, fondo e mezzo fondo</li></ul>
<b>Sicurezza prevenzione salute e benessere</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Conosce le norme principali della prevenzione infortuni</li><li><input type="checkbox"/> Conosce gli effetti delle attività motorie per il benessere della persona</li><li><input type="checkbox"/> Presa di coscienza della propria efficienza fisica ed autovalutazione delle proprie capacità</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Utilizza in modo responsabile spazi e attrezzature</li><li><input type="checkbox"/> Rispetta le regole del fair play</li><li><input type="checkbox"/> Riconosce il corretto rapporto fra esercizio fisico, alimentazione e benessere</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Esercizi sulla capacità di muoversi usando tutto lo spazio a disposizione, tutti i piani e le direzioni consentite</li><li><input type="checkbox"/> Giochi di imitazione</li><li><input type="checkbox"/> Giochi di competizione</li></ul>



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
*Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"*  
 Rocca di Papa

Classe III Scuola Secondaria di primo grado			
Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<input type="checkbox"/> Conoscenze e miglioramento della capacità di organizzarsi nello spazio e nel tempo <input type="checkbox"/> Conoscenza e miglioramento della funzione cardio-respiratoria abbinata al movimento	<input type="checkbox"/> Sa rapportare il proprio schema corporeo allo spazio in cui agisce <input type="checkbox"/> Sa coordinare una percezione visiva con movimento di manipolazione <input type="checkbox"/> Sa essere bilaterale e riconosce gli arti addominali <input type="checkbox"/> Sa riconoscere il proprio corpo, il suo modo di muoversi, la sua posizione nello spazio <input type="checkbox"/> Sa apprezzare distanze e traiettorie <input type="checkbox"/> Sa riconoscere e adattarsi ai vari tipi di ritmo proposti	<input type="checkbox"/> Elementi di base a corpo libero e con piccoli attrezzi <input type="checkbox"/> Esercizi propedeutici e specifici ai grandi attrezzi <input type="checkbox"/> Circuiti a tempo <input type="checkbox"/> Lanci e prese con la palla <input type="checkbox"/> Elementi di pre – acrobatica <input type="checkbox"/> Diversi tipi di salti e corsa <input type="checkbox"/> Attività ludico ginniche
<b>Il linguaggio del corpo come modalità di comunicazione espressiva</b>	<input type="checkbox"/> Conoscenza dell'ambiente (palestra, campo aperto) <input type="checkbox"/> Conoscenza ed uso degli attrezzi <input type="checkbox"/> Conoscenza delle norme di sicurezza per sé e per gli altri <input type="checkbox"/> Conoscenza e rispetto dei compagni e degli insegnanti <input type="checkbox"/> Conoscenza e rispetto delle regole <input type="checkbox"/> Percezione del proprio corpo e del suo linguaggio	<input type="checkbox"/> Saper controllare i segmenti corporei <input type="checkbox"/> Conoscere le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento <input type="checkbox"/> Rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità e posture <input type="checkbox"/> Comprendere il linguaggio dei gesti <input type="checkbox"/> Conoscenza del sé corporeo ed emotivo e capacità di autocontrollo e gestione	<input type="checkbox"/> Giochi ritmici - musicali <input type="checkbox"/> Esercizi in equilibrio statico e dinamico <input type="checkbox"/> Esercizi ai grandi attrezzi <input type="checkbox"/> Giochi di espressività motoria



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"  
Rocca di Papa

Indicatori	Obiettivi di apprendimento		Contenuti e attività
	Conoscenze	Abilità	
<b>Il gioco, lo sport e le regole del fair play</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Conosce il modo di relazionarsi con gli altri</li><li><input type="checkbox"/> Conosce le regole di gioco</li><li><input type="checkbox"/> Conosce le regole del fair play</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Sa lavorare in gruppo</li><li><input type="checkbox"/> Sa rispettare il proprio ritmo di lavoro e quello dei compagni</li><li><input type="checkbox"/> Sceglie il comportamento più idoneo nelle diverse situazioni</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Giochi di gruppo: vari giochi ludici, vari tipi di staffetta e percorsi a squadre, hit ball, baseball, badminton, palla prigioniera, pallavolo, pallacanestro, tennis, palla rilanciata, bowling, orienteering, frisbee, flag football</li><li><input type="checkbox"/> Principali gesti atletici: velocità, salto in alto, salto in lungo, fondo e mezzo fondo</li></ul>
<b>Sicurezza prevenzione salute e benessere</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Conosce le norme principali della prevenzione infortuni</li><li><input type="checkbox"/> Conosce gli effetti delle attività motorie per il benessere della persona</li><li><input type="checkbox"/> Presa di coscienza della propria efficienza fisica ed autovalutazione delle proprie capacità</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Utilizza in modo responsabile spazi e attrezzature.</li><li><input type="checkbox"/> Rispetta le regole del fair play</li><li><input type="checkbox"/> Riconosce il corretto rapporto fra esercizio fisico, alimentazione e benessere</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Esercizi sulla capacità di muoversi usando tutto lo spazio a disposizione, tutti i piani e le direzioni consentite</li><li><input type="checkbox"/> Giochi di imitazione</li><li><input type="checkbox"/> Giochi di competizione</li></ul>



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
*Istituto Comprensivo "Leonida Montanari"*  
Rocca di Papa