

PROGETTAZIONE ANNUALE DI EDUCAZIONE FISICA

CLASSE 1^A

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	BIMESTRE
<p>A. IL CORPO E LE FUNZIONI SENSO – PERCETTIVE</p> <p>A1. Conoscere, riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e su gli altri e comprendere il loro funzionamento.</p>	<p>Attività ludiche ed esercitazioni focalizzate alla conoscenza e alla denominazione delle parti del corpo. Proposte rivolte sia all'identificazione di esse su di sé sia sugli altri.</p>	<p>I°</p>
<p>A2. Conoscere gli organi di senso e il loro utilizzo nella vita motoria. Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare informazioni provenienti dagli organi di senso (percezioni visive, uditive, tattile e cinestesiche).</p>	<p>Attività finalizzate all'identificazione, differenziazione memorizzazione, elaborazione e verbalizzazione di differenti percezioni sensoriali. Proposte di lavoro sulla capacità di osservazione e sulla capacità di ascolto. Utilizzo di giochi senso-percettivo nei quali si abbinano stimoli sensoriali a risposte (e adattamenti) motori.</p>	<p>III°, IV°</p>
<p>B. LA MOTRICITA' DEL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p>B1. Conoscere, apprendere e utilizzare gli schemi posturali e gli schemi motori di base (SMB). Saperli coordinare e combinare tra loro e saperli eseguire in funzione di differenti parametri spaziali e temporali.</p>	<p>Esercizi, percorsi e attività ludiche nelle quali vengono presentati gli SMB: Camminare, Correre, Gattinare, Strisciare, Rotolare, Saltare, Arrampicare, Lanciare e Afferrare e Calciare. Vengono proposti prima in forma analitica e semplificata per l'apprendimento della corretta tecnica esecutiva, poi in forma più complessa inserendo variazioni delle coordinate spazio temporali e svolgendo gli stessi in forma combinata e coordinata.</p>	<p>I°, II°, III°</p>

<p>B2. Sviluppo della dominanza e della lateralità rispetto a sé stessi.</p>	<p>Esercitazioni pratiche sulla destra e sulla sinistra e sugli indicatori topologici e gli organizzatori spaziali. Saper riconoscere la propria dominanza e saper utilizzare la lateralità.</p>	<p>II°, III°</p>
<p>B3. Sviluppo e miglioramento delle capacità coordinative (capacità di equilibrio, di ritmo, di orientamento spazio-temporale, di reazione e di combinazione motoria).</p>	<p>Esercitazioni e attività ludiche sulla capacità di equilibrio (statico e dinamico, utilizzando varie tipologie di materiale idonee al ricreare situazioni di instabilità). Saper riconoscere, interiorizzare e elaborare alcune sequenze ritmiche e saperle riprodurre tramite il proprio corpo o con piccoli attrezzi. Proposte per il consolidamento della capacità di orientamento spazio-temporale. Esercizi di reazione motoria di tipo "semplice" a stimoli di diversa natura. Attività di combinazione e accoppiamento dei vari SMB affrontati.</p>	<p>III°, IV°</p>
<p>C. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA.</p> <p>C1. Riconoscere e utilizzare il proprio corpo come strumento per esprimersi, per comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.</p>	<p>Proposte finalizzate all'utilizzo personale del proprio corpo e del suo movimento per esprimersi e per comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti. Attività espressive non verbali e utilizzo di linguaggio mimico-gestuale. Proposte di rappresentazione reali e fantastiche di testi; attività di espressioni corporee su brani musicali.</p>	<p>III°</p>
<p>D. LO SPORT, IL GIOCO E IL FAIR PLAY</p> <p>D1. Apprendimento dell'esistenza delle regole di un gioco e dell'importanza di esse per lo svolgimento dello stesso. Saper rispettare le regole, i propri compagni e gli avversari. Educazione alla vittoria e alla sconfitta.</p>	<p>Proposte di giochi individuali, a piccoli gruppi e a squadre nelle quali si pone enfasi sul rispetto e l'importanza delle regole. Inserimento di indicazioni valide alla cooperazione e alla collaborazione positiva all'interno del gruppo per il raggiungimento di un obiettivo.</p>	<p>I°-IV°</p>
<p>D2. Forme di gioco individuali (I°-II° bimestre). Forme di gioco a squadre (II°-III°-IV°).</p>	<p>Giochi a punti individuali, giochi a eliminazione, staffette, giochi a 2,3,4 squadre.</p>	<p>I°-IV°</p>

D3. Conoscere e sperimentare i giochi della tradizione popolare.	Semplici giochi popolari.	II°-III°-IV°
E. SICUREZZA, PREVENZIONE, BENESSERE E SALUTE		
E1. Conoscenza della palestra e degli ambienti al suo interno. Comprensione delle regole comuni che si utilizzano all'interno di tale luogo. Apprendimento dei concetti di rispetto del materiale e dell'ambiente.	Presentare e far interiorizzare le regole di comportamento nell'utilizzo dei diversi ambienti e dei materiali. Collaborazione con l'insegnante nella preparazione delle attività e nel riordino del materiale al termine.	I°-IV°
E2. Adottare semplici comportamenti igienici per la salute e per il benessere fisico durante e post attività fisica. Assumere condotte adeguate per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	L'importanza dell'uso delle scarpe di ginnastica, dell'utilizzo di un abbigliamento idoneo all'attività motoria. Il valore dell'idratazione e dell'igiene personale.	I°-IV°

Interdisciplinarietà:

ITALIANO: Lettura e comprensione di un racconto e saperlo rappresentare con il proprio corpo (AREA C). Ricostruire verbalmente le fasi di un'esperienza emozionale legata al proprio vissuto corporeo.

MATEMATICA: Rappresentazione grafica tramite il proprio corpo dei numeri; utilizzo dei numeri come indicazioni per attività e giochi; forme di punteggio diverso nelle attività ludiche (AREA A, B e D).

GEOGRAFIA: Attività sugli indicatori topologici e organizzatori spaziali, sulla destra e la sinistra e sulla lateralità. Proposte sulla capacità di orientamento spazio temporale (AREA B).

SCIENZE: Riconoscimento delle parti del corpo e attività sugli stimoli sensoriali (Vista, Udito, Tatto) (AREA A).

MUSICA: Saper riconoscere, interiorizzare e elaborare alcune sequenze ritmiche e saperle riprodurre tramite il proprio corpo o piccoli attrezzi (AREA B). Attività di espressioni corporee su brani musicali (AREA C).

TECNOLOGIA: Attività di coding in chiave motoria (AREA B).

TABELLA DI MARCIA CLASSE PRIMA

I° QUADRIMESTRE				II° QUADRIMESTRE				
I° BIMESTRE		II° BIMESTRE		III° BIMESTRE		IV° BIMESTRE		
AREA A (A1)	AREA B (B1)	AREA B (B1)	AREA B (B2)	AREA B (B1 - B2 - B3)		AREA C	AREA A (A2)	AREA B (B3)
Conoscere, riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e su gli altri e comprendere il loro funzionamento.	Conoscere, apprendere e utilizzare gli schemi motori di base (SMB): camminare, correre, gattonare e strisciare. Coordinare e combinare gli SMB tra loro e svolgerli variando i parametri spazio temporali.	Conoscere, apprendere e utilizzare gli schemi motori di base (SMB): rotolare, saltare, lanciare e afferrare. Coordinare e combinare gli SMB tra loro e svolgerli variando i parametri spazio temporali.	Sviluppo della dominanza e della lateralità rispetto a se stessi.	Conoscere, apprendere e utilizzare gli schemi motori di base (SMB): Arrampicare e calciare. Coordinare e trasformare gli SMB tra loro e svolgerli variando i parametri spazio temporali (B1). Rinforzo della lateralità (B2).	Sviluppo e miglioramento delle capacità coordinative: capacità di equilibrio, di ritmo e di orientamento spazio - temporale (B3).	Riconoscere e utilizzare il proprio corpo come strumento per esprimersi, per comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.	Conoscere gli organi di senso e il loro utilizzo nella vita motoria. Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare informazioni provenienti dagli organi di senso (percezioni visive, uditive, tattile e cinestesiche)	Sviluppo e miglioramento delle capacità coordinative: capacità di reazione e di combinazioni motorie.

AREE D1 - D2 - D3 - E1 - E2

METODOLOGIA

Ogni lezione di Educazione fisica in classe prima viene generalmente suddivisa in 4 parti:

1. Fase di presentazione dell'attività seguita da un gioco di avviamento motorio (preso anche dalla tradizione popolare) inerente alle tematiche della lezione;
2. Fase centrale nella quale vengono effettuate esercitazioni e attività ludiche in riferimento agli obiettivi prefissati;
3. Fase finale dove viene proposto un gioco di chiusura che tende a essere la naturale evoluzione e conclusione delle proposte svolte nella parte centrale;
4. Fase di ritorno graduale alla normalità funzionale, all'igiene personale e alla verbalizzazione delle attività.

MATERIALI, ATTREZZI

Gli interventi prevedono l'utilizzo di differenti tipologie di materiale: cerchi, palle di diverse dimensioni e consistenze, corde, coni, cinesini, pettorine, nastri, materassi, spalliere, bastoni, mattoncini, trave, ecc.

L'attività di Educazione fisica viene svolta in ogni plesso scolastico negli spazi a disposizione: palestra, salone, piccolo atrio.

VERIFICHE

Valutazione di tipo pratico tramite l'osservazione diretta delle attività, dei giochi e delle gare proposte oltre al comportamento, il rispetto, e l'attenzione e partecipazione dell'allievo. Ogni lezione costituisce nella sua interezza una modalità di valutazione del singolo alunno.