

**Titolo unità didattica**  
**PRIME ESPLORAZIONI E CONQUISTE:**  
**IL corpo e le funzioni senso-percettive**  
**IL movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

**Periodo di svolgimento**  
*Ottobre/Novembre/Dicembre/Gennaio*

**Disciplina**  
**EDUCAZIONE FISICA**

Competenze chiave europee

- 1 COMUNICAZIONE NELLA MADRELINGUA O LINGUA DI ISTRUZIONE
- 2 COMUNICAZIONE NELLE LINGUE STRANIERE
- 3 COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZE DI BASE IN SCIENZA E TECNOLOGIA
- 4 COMPETENZA DIGITALE
- ✓ 5 IMPARARE A IMPARARE
- ✓ 6 COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE
- ✓ 7 SPIRITO DI INIZIATIVA
- ✓ 8 CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

**Traguardi per lo sviluppo delle competenze**

L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali.

### **Obiettivi di apprendimento**

(Indicare solo quelli pertinenti con l'UD e fedeli alle Indicazioni Nazionali)

- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.
- Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche).
- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare ecc.)
- Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.
- Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali e strutture ritmiche.
- Riconoscere e produrre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con gli attrezzi.

### **Obiettivi di Apprendimento Specifici**

- Riconoscere e determinare le parti del corpo umano.
- Sviluppare le capacità sensoriali e la percezione del proprio corpo, nel suo complesso e nelle sue singole parti.
- Sviluppare la laterizzazione.
- Stimolare la presa di coscienza e la conoscenza del proprio corpo in posizione statica e in movimento.
- Sperimentare in una situazione di gioco sonoro la dimensione spaziale rispetto a sé e agli altri.
- Sviluppare le capacità sensoriali e la percezione del proprio corpo, nel suo complesso e nelle sue singole parti.
- Acquisire la padronanza degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, afferrare, lanciare, rotolare, strisciare.

### **Contenuti**

- Giochi ed esercitazioni sul consolidamento della conoscenza corporea.
- Esercizi sulla percezione e discriminazione sensoriale.
- Giochi di movimento su base topologica.
- Percorsi per la coordinazione motoria globale.

### **Attività**

- Variazioni sulle posizioni di immobilità (supini, seduti, proni ecc.)
- Il corpo come forma : atteggiare il corpo come alcuni attrezzi (palla, rigidi come bastoni, rotolare come una palla ecc.)
- Andature varie (saltelli, galoppo, corsa a ginocchia alte ecc.)
- Giochi liberi con vari attrezzi

### **Strategie metodologico - didattiche**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Approccio ludico</li> <li>- Gioco di ruolo/Roleplaying</li> <li>- Attività all'aperto/Outdoor Training</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Sussidi e mediatori didattici</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Attrezzature presenti nella palestra</li> <li>- Radio registratore</li> <li>- Materiale non strutturato</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Raccordi con altre discipline</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Geografia</li> <li>- Italiano</li> <li>- Musica</li> <li>- Scienze</li> <li>- Cittadinanza e Costituzione</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Competenze da verificare al termine della UD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo, adattandosi alle variabili spaziali e temporali.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"> <b>Titolo unità didattica</b>  <b>E ADESSO FACCIO DA ME:</b>  <b>Ascoltiamo la musica, balliamo</b>  <b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa-espressiva</b>  <b>Il gioco, le regole, il fair play</b>  <b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b> </p>
<p style="text-align: center;"> <b>Periodo di svolgimento</b>  <b><i>Febbraio/Marzo/Aprile/Maggio</i></b> </p>
<p style="text-align: center;">Competenze chiave europee</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1 COMUNICAZIONE NELLA MADRELINGUA O LINGUA DI ISTRUZIONE</li> <li>○ 2 COMUNICAZIONE NELLE LINGUE STRANIERE</li> </ul>

- 3 COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZE DI BASE IN SCIENZA E TECNOLOGIA
- 4 COMPETENZA DIGITALE
- ✓ 5 IMPARARE A IMPARARE
- ✓ 6 COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE
- ✓ 7 SPIRITO DI INIZIATIVA
- ✓ 8 CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

#### **Traguardi per lo sviluppo delle competenze**

- Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmo-musicali.
- Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.
- Si muove nell'ambiente di vita e scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.
- Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.

#### **Obiettivi di Apprendimento**

(Indicare solo quelli pertinenti con l'UD e fedeli alle Indicazioni Nazionali)

- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nella forma della drammatizzazione e della danza.
- Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive
- Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di vari giochi di movimento e di squadra assumendo un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo accettando i propri limiti, cooperando ed interagendo positivamente con gli altri.
- Essere consapevoli del valore delle regole e l'importanza di rispettarle.
- Promuovere la partecipazione di tutti i bambini ad attività ludiche e a proposte di gioco-sport.
- Conoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.
- Percepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria.

### **Obiettivi di Apprendimento Specifici**

- Promuovere la capacità di gestire il proprio corpo in movimento nello spazio.
- Controllare l'equilibrio posturale e dinamico in relazione allo spazio.
- Affinare la percezione ritmica.
- Sperimentare la dimensione espressiva del movimento.
- Sviluppare interazioni e atteggiamenti positivi verso i compagni.
- Promuovere la creatività degli alunni nell'ideazione di nuove situazioni ludiche.
- Trasmettere il valore delle regole e l'importanza di rispettarle per la buona riuscita di ogni gioco e gioco-sport.
- Promuovere la partecipazione di tutti i bambini ad attività ludiche e a proposte di gioco-sport.

### **Contenuti**

- Giochi di comunicazione non verbale relativa a sentimenti ed emozioni
- Giochi di cooperazione e di competizione.
- Giochi organizzati in base a regole per sviluppare il rispetto reciproco, la collaborazione, ecc.

### **Attività**

- Rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche.
- Muoversi liberamente con la musica
- Muoversi secondo ritmi diversi
- Giochi liberi, giochi di regole.
- Giochi a coppie, a squadre e in gruppo.

### **Strategie metodologico-didattiche**

- Approccio ludico
- Gioco di ruolo/Roleplaying
- Attività all'aperto/Outdoor Training

### **Sussidi e mediatori didattici**

- Radio registratore.
- Attrezzi presenti in palestra.

### **Raccordi con altre discipline**

- Italiano
- Musica

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- Geografia</li><li>- Cittadinanza e Costituzione</li></ul>  |
| <p style="text-align: center;"><b>Competenze da verificare al termine della UD</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali.</li><li>- Conosce le principali regole dei giochi.</li><li>- Sa interagire con il gruppo in situazioni di gioco collettivo rispettando indicazioni e regole.</li></ul> |