



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE  
**VADO-MONZUNO**  
M.I.U.R. – U.S.R. EMILIA ROMAGNA Ambito territoriale n.3



*Senza Zaino.*  
*Per una scuola Comunitaria...*

## **Educazione fisica**

### **Finalità educative**

Nella classe prime della scuola secondaria di primo grado si evidenzia la necessità di guidare gli alunni alla conoscenza del nuovo sé corporeo e dal consolidamento degli schemi motori di base.

Si svolgeranno attività di gruppo al fine di aiutare gli alunni a superare sensazioni di inadeguatezza relative al proprio fisico, e di limitare il disagio derivante dal confronto con il compagno o con l'attrezzo.

I giochi collettivi avranno una funzione socializzante, e saranno tesi a favorire il rispetto e la collaborazione fra i compagni, e la presa di coscienza delle proprie capacità e dei propri limiti.

Le attività saranno proposte in forma variata, allo scopo di suscitare negli alunni il piacere per qualche forma di movimento che possa successivamente divenire stile di vita.

### **Obiettivi disciplinari**

Consolidamento e coordinamento degli schemi motori di base

- 1) Migliorare l'equilibrio statico e dinamico
- 2) Apprezzare distanze e traiettorie
- 3) Controllare e migliorare la coordinazione dinamica

Potenziamento fisiologico

- 1) Controllare e dosare l'impegno fisico nelle attività di forza, resistenza, velocità
- 2) Migliorare i risultati dei test

Conoscenza degli obiettivi e delle caratteristiche proprie delle attività motorie

- 1) Conoscere gli argomenti affrontati
- 2) Conoscere le capacità motorie personali

Conoscenza delle regole nella pratica ludica e sportiva

- 1) Individuare gli elementi esecutivi più importanti di un'attività ludico sportiva
- 2) Rispettare le regole e i compagni di gioco

## **Obiettivi minimi**

Eseguire il movimento con sufficiente controllo del corpo.

Essere consapevole delle proprie capacità e dei propri limiti a livello organico.

Essere in grado di decodificare semplici messaggi della gestualità corporea (comunicazione non verbale e il significato dei gesti arbitrari)

Acquisire in forma globale i fondamentali individuali.

Utilizzare le capacità coordinative adattandole alle varie situazioni motorie.

Partecipare alle varie proposte di gioco-sport rispettando le regole.

Applicare comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere.

## **Metodologie e strategie didattiche**

*Si fa riferimento alla programmazione disciplinare del singolo docente.*

## **Strumenti e sussidi didattici**

*Si fa riferimento alla programmazione disciplinare del singolo docente.*

## **Verifica e valutazione**

*Si fa riferimento alla programmazione disciplinare del singolo docente.*

## **Contenuti**

*Si fa riferimento alla programmazione disciplinare del singolo docente.*