***ISTITUTO COMPRENSIVO “UBALDO FERRARI” Castelverde (CR)- Scuola PRIMARIA***

**PROGETTAZIONE DISCIPLINARE ANNUALE "EDUCAZIONE FISICA" *(conforme alle Indicazioni nazionali del 2012)***

**CLASSI QUARTA - QUINTA**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Nuclei*** | ***Obiettivi di Apprendimento*** | ***Conoscenze/Oggetti di valutazione*** | ***Traguardi al termine della Scuola Primaria*** |
| ***A - Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo******B - Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva******C - Il gioco, lo sport, le regole e il fair play******D - Salute e benessere, prevenzione e sicurezza****N. b. Gli obiettivi/contenuti del nucleo D vengono trattati e approfonditi anche nell’area scientifica* | **A1** Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in formasuccessiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).**A2** Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delleazioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé,agli oggetti, agli altri.**B1** Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraversoforme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.**B2** Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individualie collettive. **C1** Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.**C2** Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazionie regole.**C3** Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara,collaborando con gli altri.**C4** Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio,e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando lediversità, manifestando senso di responsabilità.**D1** Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.**D2** Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all’esercizio fisico. | - Esercitazioni e giochi finalizzati al consolidamento della coordinazione dinamica generale e dell’ equilibrio statico e dinamico, attraverso il rinforzo degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, afferrare, strisciare, arrampicarsi.**-** Esercitazioni e giochi di percezione sensoriale, di percezione del proprio corpo e di percezione di sé nel rapporto con gli altri.**-** Drammatizzazione di storie, situazioni, stati d’animo, da soli e in gruppo, guidati e in autonomia.**-** Esecuzioni ritmico-musicali di brevi sequenze di movimento e/o coreografie. **-** Giochi con regole, collettivi e di squadra.**-** Giochi propedeutici ai giochi sportivi (pallavolo, calcio).**-** Staffette e percorsi, con e senza utilizzo di attrezzi grandi e piccoli.**-** Riflessioni individuali e collettive sulle attività proposte, mirate a raggiungere la consapevolezza di comportamenti sicuri per sé e per gli altri.**-** Simulazioni per acquisire una conoscenza adeguata dei propri comportamenti in situazioni di calamità naturali.**-** Le fondamentali norme per uno stile di vita sano: la corretta alimentazione e il movimento. |  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 temporalicontingenti.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.Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport, anche come orientamento alla futura pratica sportiva.Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.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.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.Comprende, all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l’importanza di rispettarle. |