

PROGETTAZIONE DIDATTICA DI EDUCAZIONE FISICA – CLASSE QUINTA

COMPETENZE	TRAGUARDI	ABILITÀ	CONOSCENZE	CONTENUTI/ATTIVITÀ	INDICATORI PER IL REGISTRO ELETTRONICO
CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE (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 temporali contingenti. -Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.	-Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione. -Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	-Le abilità motorie di base. -Il concetto di lateralizzazione. -Le esperienze vissute di controllo posturale e tonico muscolare. -Le relazioni temporali e i ritmi sperimentati, memorizzati e rappresentati attraverso il movimento. -Relazioni tra movimento e spazio (traiettorie, distanze, punti di riferimento, percorsi ...).	-Attività di utilizzo di diversi schemi motori combinati in forma successiva e simultanea. -Attività motorie di diverso tipo con il relativo riconoscimento di traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali.	-Eseguire semplici sequenze di movimenti.

CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE (LINGUAGGIO DEL CORPO)	L'alunno: -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.	-Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. -Elaborare semplici coreografie o sequenze di movimento per esprimere sentimenti e contenuti musicali.	-Modalità di espressione corporea in rapporto a sé e agli altri. -Il ritmo e le sequenze temporali delle azioni proprie e dei compagni.	-Esecuzione di semplici sequenze di movimenti in maniera espressiva e comunicativa. -Esecuzione di semplici coreografie individuali e/o collettive.	-Eseguire semplici sequenze di movimenti in maniera espressiva e comunicativa.

CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE (GIOCO-SPORT)	L'alunno: -Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva. -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. -Comprende, all'interno delle varie occasioni di	-Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di molteplici discipline sportive. -Saper scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni. -Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	-Strutture e regole di giochi motori e gioco-sport sperimentati. -Modalità di soluzioni motorie nel realizzare il gioco. -Modalità diverse di relazione nel rispetto dell'altro e riconoscimento dei vari ruoli nel gioco. -Le regole, il regolamento e i comportamenti da tenere nel gioco.	-Esecuzione di giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra.	-Partecipare attivamente a varie forme di gioco, rispettandone le regole.

	gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.				
CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE (SALUTE E BENESSERE)	-L'alunno: -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 alla dipendenza.	-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. -Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.	-I pericoli nei vari ambienti e i criteri base per muoversi in sicurezza anche in presenza di altri e di attrezzi. -Le regole principali della corretta alimentazione e igiene che contribuiscono a mantenere il corpo in salute.	-Nelle diverse attività proposte, anche non strutturate, viene richiamata l'attenzione sui comportamenti sicuri per sé e per gli altri. -Nelle diverse attività scolastiche, anche non strutturate, si richiama l'attenzione sul rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e stili di vita sani.	-All'interno delle diverse attività proposte, assumere un comportamento che rispetti i criteri di sicurezza per sé e per gli altri. -Acquisire una sempre maggiore consapevolezza del rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e stili di vita sani.

METODOLOGIA

Le attività proposte intendono rispondere al bisogno primario degli alunni di vivere esperienze coinvolgenti, gratificanti, piacevoli. Queste saranno pertanto organizzate in forma ludica e variata, introducendo di volta in volta elementi di novità nei contenuti, nelle procedure, negli attrezzi da utilizzare.

Le attività saranno graduate per difficoltà e intensità dell'impegno richiesto. Ogni lezione provvederà a un primo momento di stimolazione dell'interesse; si proseguirà con una fase di riscaldamento; quindi ci sarà la fase dello svolgimento dell'attività programmata; si concluderà con esercizi di rilassamento.

VERIFICA E VALUTAZIONE

La verifica sarà effettuata in itinere e si baserà su osservazioni sistematiche relative alla partecipazione, all'impegno, all'autonomia, all'attenzione, alla concentrazione e al rispetto delle regole. La valutazione (intermedia e finale) si baserà su prove di verifica pratiche.