

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA ANNUALE CLASSI QUINTE
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della classe V	Obiettivi di Apprendimento	Contenuti	Attività
<p>L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo</p> <p>Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare schemi posturali e motori in situazioni combinate e simultanee sempre più complesse • 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. <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. • Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport. • Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla 	<ul style="list-style-type: none"> • Schemi motori combinati • Il corpo e le funzioni senso percettive • Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo • Affinamento delle capacità coordinative generali e speciali • Resistenza e rapidità in relazione al compito motorio • Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva • Il gioco, lo sport, le regole 	<ul style="list-style-type: none"> • Esercizi propedeutici al rafforzamento e allo sviluppo dello schema motorio del saltare, superare, scavalcare, anche in presenza di vincoli spazio-temporali e con piccoli attrezzi. • Percorsi e circuiti con il superamento di ostacoli, anche in forma di gara. • Sperimentazione di condotte motorie combinate, anche con l'uso di piccoli attrezzi, per mettere alla prova rapidità e resistenza personale in relazione alla fatica fisica e al controllo della funzione respiratoria, • Giochi individuali, a coppie, in piccoli gruppi, a squadre e prove a tempo in cui sperimentare schemi motori combinati. • Riproduzione di giochi tradizionali.

<p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e a un corretto regime alimentare</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle,</p>	<p>tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. • Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità. <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. • Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. 		<ul style="list-style-type: none"> • Giochi di squadra finalizzati alla sperimentazione dei diversi ruoli (attivi e regolativo/arbitrali), dei gesti tecnici specifici, delle modalità esecutive dello spazio e delle regole.
--	---	--	--