**II ISTITUTO COMPRENSIVO DI ANZIO Anno scolastico 2019- 2020**

**PROGETTAZIONE CURRICOLARE CLASSI PARALLELE**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Progettazione scuola PRIMARIA Classi IV V**  **Disciplina EDUCAZIONE FISICA Discipline concorrenti Tutte**  **Coordinatori: AURELI CRISTIANA - CAPARRELLI** | | | | |
| Competenza chiave: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE – ESPRESSIONE CORPOREA  La materia ha carattere ciclico. Nel corso del triennio, cambia il livello di approfondimento dei contenuti e la proposizione delle esercitazioni pratiche viene adeguata alle variazioni morfo- fisiologiche tipiche dell’età | | | | |
| **Macro Unità di Apprendimento I/II QUADRIMESTRE** | | | | |
| **Competenze specifiche/ di base** | **Obiettivi di apprendimento** | | **Azioni concrete/attività** | **Metodologia** |
| **Nuclei tematici** | **Conoscenze/Abilità** |
| • Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse | **•Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo** | * Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). * 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. | * Coordinare i movimenti del corpo in relazione all’uso di attrezzi * Controllare il ritmo respiratorio durante e dopo l’esercizio * Riconoscere ed utilizzare i diversi gradi di tensione e rilassamento per eseguire esercizi * Coordinare i movimenti del corpo e le facoltà sensoriali per eseguire lanci, esercizi di destrezza e precisione, ecc. * Consolidare ed affinare gli schemi motori statici anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi * Consolidare ed affinare gli schemi motori dinamici anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi * Coordinare due schemi motori di base (camminare palleggiando, ecc.) * Eseguire correttamente capriole in avanti e all’indietro   **Esempi:**   * Superare correndo (saltellando, camminando all’indietro) alcuni ostacolini ad altezze diverse. * Correre ( più o meno velocemente) sugli over. * Rotolare in avanti con una capovolta,. * Saltellare (a piedi uniti , con un piede, a balzi) sui cerchi. * Slalom veloce tra clavette * Traslocare su un asse di equilibrio. * Seguire uno stimolo sonoro a occhi chiusi. * Cadere all’indietro sul tappeto. * Movimenti combinati: effettuare sui lati del campo andature diverse (galoppo laterale sul lato lungo, corsa lenta su un lato corto, corsa veloce sull’altro lato lungo, deambulazione normale sull’altro lato corto) | L’attività in palestra costituisce da sempre un momento molto gradito ai bambini ed un’ottima  opportunità per gli insegnanti per presentare o consolidare concetti matematici, spaziali e per  favorire l’integrazione nel gruppo.  Sarà privilegiato l’aspetto ludico con variazioni di tempi e ritmi organizzando le attività dal semplice al complesso.  Fondamentale sarà anche la parte dedicata al rilassamento e al recupero per predisporre al rientro in classe.  Sarà, inoltre, stimolato lo spirito di gruppo e di collaborazione, il rispetto dell’altro e delle regole, guidando gli alunni verso un modo sano di vivere la competizione. |
| * Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo | **• Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva** | * Utilizzare 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. | * Risolve in forma creativa le situazioni che via via si presentano * Utilizza la mimica facciale e la gestualità in giochi di drammatizzazione * Interpreta con il corpo semplici ritmi musicali |  |
| * Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune | **• Il gioco, lo sport, le regole e il fair play** | * Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di *giocosport.* * Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. * 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. | * Partecipare ai giochi conoscendo le regole e rispettandole * Prendere coscienza dell’utilità e dell’importanza delle regole * Partecipare attivamente e responsabilmente al gioco per la finalità comune, per l’efficacia del gioco, per il coinvolgimento di tutti * Partecipare ai giochi a squadre accettando vittorie e sconfitte |
| •Utilizzare nell’esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita | ***•* Salute e benessere, prevenzione e sicurezza** | * 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, attraverso osservazioni sulla propria esperienza guidate dall’insegnante (es. muoversi dopo un pasto abbondante). Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all’esercizio fisico. | * Rispetta le regole per prevenire infortuni e attuare comportamenti di prevenzione. * Conosce e utilizza, in modo corretto ed appropriato, gli attrezzi e gli spazi di attività. * E’ consapevole e sa riconoscere i miglioramenti fisici conseguenti all’attività motoria. * Ascolta il proprio corpo per riconoscere il benessere. * Segue autonomamente le regole dell’igiene personale. |  |