

Istituto Comprensivo di Basiliano e Sedegliano

Scuola Primaria "L. Bevilacqua" Flaibano

Classe 4[^]

Educazione fisica

Romina Valoppi

Anno Scolastico 2021/2022

1. TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

L'alunno:

- Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo;
- Acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali;
- Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo;
- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze anche come orientamento alla futura pratica sportiva di gioco-sport;
- Sperimenta in forma semplificata diverse gestualità tecniche;
- Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza ed il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva;
- Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

2. OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

IL MOVIMENTO DEL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E CON IL TEMPO

- Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.);
- Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo;
- Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità);
- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti;
- 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.

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

- Conoscere ed applicare i principali elementi tecnici semplificati di molteplici discipline sportive;
- Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni;

- Assumere un atteggiamento positivo e di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri;
- Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettandone le diversità, manifestando senso di responsabilità.

SICUREZZA E PREVENZIONE

- Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita;
- Riconoscere “sensazioni di benessere” legate all'attività ludico-motoria;
- Usare in modo corretto e sicuro le attrezzature per sé e per gli altri.

3. CONTENUTI

- Il sé corporeo;
- Gli schemi motori di base (correre, saltare, lanciare);
- Orientamento spaziale e lateralizzazione;
- Coordinazione generale e oculo-manuale;
- Giochi di squadra con uso di materiale strutturato e non;
- Percorsi con ostacoli ed altri attrezzi;
- Il corpo ed il gesto come modalità espressiva-comunicativa;
- Ruoli, regole e modalità esecutive dei giochi;
- Cooperazione, confronto leale, partecipazione attiva, accettazione delle decisioni “arbitrali”;
- Accoglienza della diversità con senso di responsabilità;
- Consapevolezza delle proprie capacità e accettazione dei propri limiti;
- Caratteristiche, potenzialità e uso corretto di grandi e piccoli attrezzi;
- Comportamenti e prassi atte alla salvaguardia della salute personale e collettiva.

Così come disposto dalla Legge 92/2019 e in riferimento al Curricolo d'Istituto, alcuni argomenti della disciplina, opportunamente selezionati in modo collegiale da ciascun Consiglio di Classe, verranno tradotti e valutati nell'ambito dell'Educazione Civica.

5. METODOLOGIA E ATTIVITA'

L'osservazione del livello di partenza dei singoli alunni e del gruppo classe permetterà di programmare le attività tenendo conto di tutti gli aspetti emersi ed attuando costantemente modifiche finalizzate al raggiungimento degli obiettivi.

Si coglieranno tutte le occasioni per favorire la partecipazione degli alunni alle attività nel rispetto delle regole e dell'altro. Si praticherà l'esercizio di tutti gli schemi motori statici e dinamici, per raggiungere una maggiore sicurezza e fluidità e facilitare così la coordinazione globale e segmentaria.

Esercizi-giochi con passaggi-lanci e uso di piccoli attrezzi.

Esercizi e giochi per la sperimentazione degli schemi motori di base statici (flettere, piegare, elevare, inclinare) e dinamici (camminare, correre, saltare, strisciare, lanciare, afferrare, calciare...).

Esercizi di gioco con piccoli attrezzi e palle diverse.

Esercizi per il controllo del corpo e delle diverse posture.

Percorsi, circuiti e staffette con diverse modalità di passaggio del testimone.

Giochi e percorsi per lo sviluppo e l'approfondimento degli schemi di base della motricità, anche con l'utilizzo di piccoli attrezzi. Percorsi e circuiti con il superamento di ostacoli, anche in forma di gara.

Attività motorie regolate da norme; giochi in gruppo e a squadre, giochi tradizionali, pallavolo, basket.

Esercizi con l'utilizzo di grandi e piccoli attrezzi.

Tecniche di respirazione, rilassamento e stretching.

Utilizzo delle regole per la sicurezza propria e altrui.

6. VERIFICA E VALUTAZIONE

L'osservazione sistematica delle modalità di partecipazione alle attività permetterà di valutare l'interesse e l'impegno di ogni alunno.

Durante le fasi di lavoro si osserveranno gli alunni, ponendo attenzione alla loro capacità di attenzione, ascolto e comprensione della consegna; interesse e partecipazione alle attività; autonomia organizzativa ed esecutiva; rispetto delle regole condivise.

Nella valutazione finale si terrà conto sia dei risultati ottenuti, secondo i criteri di valutazione dell'Istituto, sia del percorso personale.