

Istituto Comprensivo di Basiliano e Sedegliano

Scuola primaria di Basiliano

Disciplina Educazione fisica

classe 4^A

Insegnante Rosalma Di Ronco

Anno scolastico 2018/2019

Programmazione didattica

Competenze al termine della classe quarta

L'alunno/a:

- 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.
- 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 gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
- Agisce rispettando i criteri di 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
- Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA

Obiettivi di apprendimento

- Saper utilizzare il linguaggio specifico relativo a giochi motori ed alle attività sportive
- Saper utilizzare il corpo come linguaggio comunicativo (mimico/ gestuale) ed espressivo-estetico (danza,drammatizzazioni, sonorizzazioni)

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO ED IL TEMPO

Obiettivi di apprendimento

Saper padroneggiare schemi motori di base:

- Statici: (flettere, piegare, estendere, ruotare)
- dinamici: (camminare, correre, saltare, lanciare, rotolare, arrampicarsi, strisciare...)
- Saper controllare l'equilibrio statico e dinamico, lateralità, orientamento spaziale

SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE

Obiettivi di apprendimento

- Assumere comportamenti adeguati durante i giochi e le attività, tali da garantire sicurezza
- Comprendere le funzioni degli ambienti e degli oggetti e saperli utilizzare in modo proprio.
- 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.

IL GIOCO, LO SPORT E LE REGOLE

Obiettivi di apprendimento

- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.
- Saper utilizzare numerosi giochi anche 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 della 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.

Contenuti ed esperienze di apprendimento

- Esercizi per favorire il controllo dei movimenti segmentari e globali, con e senza attrezzi.
- Giochi di agilità per il controllo dell' equilibrio.
- Andature varie da eseguirsi anche con strutture ritmiche.
- Salti, corsa, lanci di palloni.
- Percorsi con attrezzi.
- Giochi per favorire l'utilizzo consapevole di spazi e tempi scolastici.
- Esecuzione di esercizi di controllo equilibrio, lateralità, posture prestabilite, respirazione, rilassamento.
- Attività gioco-sport per acquisire consapevolezza del rispetto di norme e di obiettivi comuni.
- Rappresentazione di situazioni varie tramite movimento, in funzione a differenti stimoli: narrazioni, musica, giochi sportivi, strutture ritmiche.

Metodologie e strategie

I bambini saranno stimolati a ricordare i giochi imparati l'anno passato e a proporre giochi nuovi.

Il tempo/spazio dedicato all'attività motoria sarà interamente strutturato:

una prima parte verrà dedicata al riscaldamento muscolare con l'imitazione di movimenti proposti dall'insegnante, successivamente, si cercherà di impiegare ed affinare le abilità motorie raggiunte eseguendo autonomamente percorsi o circuiti via via più complessi. Tra una fase e l'altra della lezione saranno previsti momenti di defaticamento o rilassamento muscolare.

Gli allievi sperimenteranno diversi schemi motori combinati tra loro e attività di gioco-sport con attenzione alle regole stabilite. Con semplici esercizi saranno guidati a prender maggior coscienza del proprio corpo, delle sue parti, dello spazio fisico. Il gioco di gruppo e di squadra avrà grande

spazio, individuando nello stare con gli altri, il mezzo per creare buone relazioni e per conoscere meglio sé stessi. Tante saranno quindi le attività per stimolare la fiducia nei compagni, per rafforzare l'amicizia, per capire l'importanza del rispetto di sé e degli altri. I ragazzi sperimenteranno la vittoria e la sconfitta durante giochi, anche in forma di gara e saranno guidati a riflettere, a esprimere le emozioni e a contenere le reazioni. Ampio spazio sarà dato alla dimensione espressiva e comunicativa del corpo: si valorizzerà il "far finta che" attraverso giochi mimici. Gli oggetti e i piccoli attrezzi saranno utilizzati anche nella loro funzione espressiva e creativa.

Verifica e valutazione

L'insegnante osserverà negli alunni: coordinazione e utilizzo di schemi motori, in forma singola, in coppia, in gruppo; orientamento nello spazio e nel tempo, abilità nel mimare, drammatizzare, eseguire movimenti richiesti; capacità di verbalizzare le attività motorie e i giochi di squadra effettuati; capacità di collaborare attivamente nel gruppo e di giocare rispettando le regole. Valuterà il maturare di atteggiamenti consapevoli e l'assunzione di comportamenti adeguati per la sicurezza a scuola e durante giochi e attività.

Per le prove di realtà si fa riferimento ai progetti di plesso:

Per i criteri di valutazione si fa riferimento al Curricolo di Istituto.