

- Istituto Comprensivo di Basiliano Sedegliano
- Scuola: Flaibano
- Classe quinta
- Insegnante: Bordoni Sonia
- Disciplina: educazione fisica
- Anno scolastico 2018-2019

PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- Utilizza e combina le abilità motorie di base secondo varianti esecutive
- Controlla i movimenti del proprio corpo nelle diverse situazioni spaziali e temporali
- Sperimenta esperienze che permettono di maturare competenze di gioco nel rispetto delle regole
- Comprende il rapporto tra alimentazione e benessere fisico
- Assume comportamenti adeguati per la sicurezza e la prevenzione degli incidenti.

ABILITA'

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO

- Eseguire semplici combinazioni motorie
- Combinare schemi motori e posturali
- Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi, esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie
- Riconoscimento e riproduzione di semplici sequenze ritmiche
- Ascoltare le consegne del gioco e metterle in pratica a seconda del ruolo assegnato
- Rispetta le regole dei giochi sportivi praticati

II LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA'COMUNICATIVO

ESPRESSIVO

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive-corporee
- Inventare ed eseguire semplici sequenze di movimento, ritmiche e non.

SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

- Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere fisico
- Assumere comportamenti igienici e salutisti

CONOSCENZE

- Attività di cammino, corsa, equilibrio, coordinazione
- Riproduzione di movimenti su imitazione o indicazioni orali
- Attività di riscaldamento e respirazione
- Uso adeguato di attrezzi ginnici per svariate attività di movimento
- Esecuzione di percorsi, gare, staffette e circuiti
- Utilizzo del corpo in forma personale per esprimersi e comunicare
- Organizzazione di gioco anche in forma di gara
- Vivere emozioni e stati d'animo mettendosi in gioco
- Accettazione della sconfitta e rispetto dei perdenti in caso di vittoria
- Acquisizione di comportamenti igienico alimentari adeguati alle varie situazioni.

CONTENUTI, ATTIVITA', METODI

- Proposte di vari tipi di andature per far eseguire il controllo e la consapevolezza della corsa

- Organizzazione di percorsi a ostacolo con vari attrezzi
- Giochi che prevedono movimenti, passaggi con la palla e tiri in canestro
- Esercizi di lateralità
- Sequenze ritmiche con il proprio corpo e attrezzi
- Giochi di gruppo in cui si formano catene, trenini con movimenti coordinati, complessi e variabili.
- Giochi di equilibrio statico e dinamico
- Svariate proposte di giochi di movimento
- Sperimentazione di un'attività sportiva: la scherma
- Giochi a squadre con la palla: palla prigioniera, minivolley
- Coreografie individuali e collettive
- Diverse posture del corpo con finalità espressive
- Drammatizzazioni
- Rispetto delle regole del gioco
- Utilizzo corretto degli spazi e attrezzature

MODALITA' DI VERIFICA

Le verifiche si effettuano durante le attività di motoria stessa, attraverso modalità di osservazione e registrazione in itinere.