

Istituto Comprensivo di Basigliano e Sedegliano

Scuola PRIMARIA DI SEDEGLIANO

Classe QUINTA

Disciplina ED. FISICA

Insegnante MONICA MISSON

Anno scolastico 2018/2019

1. DEFINIZIONE DEI TRAGUARDI DI COMPETENZA PREVISTI DALL'INSEGNANTE AL TERMINE DELL'ANNO SCOLASTICO

L'alunno/a:

1. acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturale nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.
2. 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.
3. Sperimenta in forma semplificata e progressivamente in forma sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
4. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.
5. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
6. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.
7. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.

2. DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO IN BASE AI BISOGNI FORMATIVI RILEVATI

- IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO
 - Coordinare ed 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.
- IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA
 - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.
- IL GIOCO, LO SPORT E LE REGOLE
 - Saper utilizzare numerosi giochi - 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 e vivere la vittoria con equilibrio.
- 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 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.

3. SELEZIONE DELLE ESPERIENZE DI APPRENDIMENTO

La lezione prevede una prima parte in cui il lavoro è individuale: giochi o esercizi a corpo libero, circuiti con la combinazione di vari schemi motori, con e senza attrezzi. La seconda parte prevede attività con la suddivisione in squadre (formate con criteri sempre diversi) per favorire lealtà e rispetto verso le regole del gioco e dei compagni, la collaborazione nel gruppo, e soprattutto per strutturare relazioni positive durante le attività e alla fine delle stesse, e per imparare a vivere correttamente le esperienze della vittoria e della sconfitta con conversazioni guidate e momenti di riflessione sui comportamenti assunti. Le proposte sono organizzate in forma varia diversificando gli attrezzi per migliorare la coordinazione, la velocità, la resistenza e la forza. Si valorizzano le conquiste, la lealtà e la capacità di collaborare.

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.
- 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.

4. CRITERI DI VERIFICA

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.

5. TIPOLOGIA DELLE PROVE E CRITERI DI VALUTAZIONE DI CONOSCENZE - ABILITÀ - COMPORTAMENTO DI LAVORO

La valutazione avverrà attraverso due canali:

- obiettivi raggiunti al termine di ogni unità di lavoro, dove si valuterà la partecipazione e il lavoro complessivamente svolto dai singoli alunni;

- a conclusione dei percorsi quadrimestrali, secondo i seguenti indicatori di osservazione riportati qui di seguito: il rispetto di sé, il rispetto per l'avversario, il senso della lealtà e della responsabilità, il senso di appartenenza.

6. MODALITÀ DI OSSERVAZIONE E VALUTAZIONE DELLE COMPETENZE

Le competenze saranno accertate attraverso l'osservazione dei processi che il bambino mette in atto per attuare il compito previsto. Si proporrà al bambino di riflettere sul percorso compiuto, per apprezzare i progressi registrati. Per la valutazione delle competenze si fa riferimento al Curricolo d'Istituto.