

- Istituto Comprensivo di Basiliano Sedegliano
- Scuola: Flaibano
- Classe quinta
- Insegnante: Bordoni Sonia
- Disciplina: educazione fisica
- Anno scolastico 2019-2020

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

IL 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.

ESPERIENZE DI APPRENDIMENTO

- 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: lo 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'

L'attività di motoria si svolgerà nella palestra interna alla scuola, alternando le giornate del mercoledì e giovedì pomeriggio. Durante il primo quadrimestre l'insegnante sarà affiancata da un esperto che avvierà gli alunni alla disciplina dello scherma. Durante il secondo quadrimestre gli alunni seguiranno un percorso di movimento e ritmo, sempre con l'affiancamento di un'esperta.

VERIFICA E VALUTAZIONE

Le verifiche si effettuano durante le attività di motoria stessa, attraverso modalità di osservazione diretta e registrazioni in itinere. Si darà molta importanza al rispetto delle regole durante lo svolgimento degli esercizi, nel gioco e nell'utilizzo degli spazi e degli attrezzi. Si valuterà il grado di interagire tra gli alunni e la

collaborazione messa in atto per il raggiungimento di un fine comune.

LIVELLI DI VALUTAZIONE

LIVELLO ALTO

L'alunno ascolta con attenzione le indicazioni ed esegue in modo corretto e preciso gli esercizi. Si dimostra rispettoso, collaborativo, e responsabile.

LIVELLO MEDIO

L'alunno ascolta le indicazioni in modo superficiale ed esegue gli esercizi con sufficiente correttezza e precisione. A volte non rispetta le regole del gioco e talvolta utilizza spazi e attrezzi in modo non sempre adeguato.

LIVELLO BASSO

L'alunno ascolta in modo incostante le indicazioni, tende a distrarsi, esegue in modo approssimativo gli esercizi. Appare poco collaborativo ed utilizza in modo inadeguato spazi ed attrezzature