**PROGETTAZIONE DISCIPLINARE ANNUALE "ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE"**

CLASSE PRIMA – SCUOLA PRIMARIA

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Nuclei*** | ***Obiettivi di Apprendimento*** | ***Conoscenze e abilità*** | ***Traguardi in itinere*** | ***COMPETENZE CHIAVE DI RIFERIMENTO*** |
| ***A******Il corpo e la sua relazione con lo spazio******B******Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva*** | **A1** Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva e in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare…)**A2** Riconoscere 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.**B1** Utilizzare modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.**B2** Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. | - Giochi di esplorazione, di osservazione allo specchio.- Animazione di filastrocche memorizzate e storie. - Ascolto del proprio corpo, scoperta del respiro.- Giochi per orientarsi nello spazio e nel tempo, affermando la lateralità e rafforzando la dominanza:* camminata e corsa in uno spazio delimitato, muovendosi secondo una direzione e un ritmo;
* riconoscimento della destra e della sinistra su di sé e sugli altri;
* percorsi con cambio di direzione;
* giochi di equilibrio;
* esplorazione guidata dell’ambiente;
* giochi per consolidare i concetti spaziali, i concetti temporali e le strutture ritmiche.
* - Sperimentazione delle possibilità motorie ed espressive del viso, delle mani e degli altri segmenti del corpo.
* - Individuazione del codice mimico-gestuale, attraverso la drammatizzazione di brevi storie.
* - Gioco dei mimi.
* - Performance di movimento e musica.
 | **L’alunno:****acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali;****sperimenta in forma semplificata, diverse gestualità tecniche;****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**; | ***Consapevolezza ed espressione culturale******Competenze sociali e civiche*** |
| ***C******Il gioco, lo sport le regole e il fair play******D******Salute e benessere, prevenzione e sicurezza*** | **C1** Partecipare a giochi di squadra, scoprire e rispettare le regole.**C2** Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.**C3** Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.**D1** Assumere comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita.**D2** Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. | * - Giochi per sviluppare la rapidità di reazione a stimoli visivi, olfattivi uditivi (a coppie o a piccoli gruppi, anche ad occhi bendati).
* - Giochi per la capacità tattile-pressoria.
* - Giochi di regole a piccoli gruppi, a squadre.
* - Assunzione di ruoli diversi in un gioco e nella sua organizzazione.
* - Riscoperta dei giochi tradizionali (ruba bandiera, i quattro cantoni, palla prigioniera…)

- Riflessioni individuali e collettive sulle attività proposte, mirate a raggiungere la consapevolezza di comportamenti sicuri per sé e per gli altri.- Simulazioni per acquisire una conoscenza adeguata dei propri comportamenti in situazioni di calamità naturali.- Educazione alimentare: il consumo di alimenti sani (spuntino a base di frutta, invito ad assaggiare i cibi proposti dalla mensa scolastica). | **- comprende, all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l’importanza di rispettarle;****- agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri;****- riconosce alcuni principi relativi alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.** |  |