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

CLASSE QUARTA E CLASSE QUINTA – SCUOLA PRIMARIA

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Nuclei*** | ***Obiettivi di Apprendimento*** | ***Conoscenze e abilità*** | ***Traguardi al termine della Scuola Primaria*** | ***COMPETENZE CHIAVE DI RIFERIMENTO*** |
| ***A***  ***Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo***  ***B***  ***Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva***  ***C***  ***Il gioco, lo sport, le regole e il fair play***  ***D***  ***Salute e benessere, prevenzione e sicurezza***  *N. b. Gli obiettivi/contenuti del nucleo D vengono trattati e approfonditi anche nell’area scientifica* | **A1** Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma  successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).  **A2** 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.  **B1** Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.  **B2** Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali  e collettive.  **C1** Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.  **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.  **C4** Rispettare le regole nella 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.  **D1** Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.  **D2** 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. | - Esercitazioni e giochi finalizzati al consolidamento della coordinazione dinamica generale e dell’equilibrio statico e dinamico, attraverso il rinforzo degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, afferrare, strisciare, arrampicarsi.  **-** Esercitazioni e giochi di percezione sensoriale, di percezione del proprio corpo e di percezione di sé nel rapporto con gli altri.  **-** Drammatizzazione di storie, situazioni, stati d’animo, da soli e in gruppo, guidati e in autonomia.  **-** Esecuzioni ritmico-musicali di brevi sequenze di movimento e/o coreografie.  **-** Giochi con regole, collettivi e di squadra.  **-** Giochi propedeutici ai giochi sportivi (pallavolo, calcio).  **-** Staffette e percorsi, con e senza utilizzo di attrezzi grandi e piccoli.  **-** 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.  **-** Le fondamentali norme per uno stile di vita sano: la corretta alimentazione e il movimento. | **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 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 e alla prevenzione dell’uso di sostanze che inducono dipendenza;**  **comprende, all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l’importanza di rispettarle.** | ***Consapevolezza ed espressione culturale.***  ***Competenze sociali e civiche.*** |