

# I.C. "GUGLIELMO MARCONI" MARTINA FRANCA

## PROGETTAZIONE CURRICOLARE ANNUALE PER COMPETENZE

### EDUCAZIONE FISICA

#### TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA

- 1.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.
- 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 una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- 4.Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
- 5.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.
- 6.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.
- 7.Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

#### Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta della scuola primaria

##### *Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo*

- A. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).
- B. 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 modalità comunicativo-espressiva*

- A. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.
- B. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.

##### *Il gioco, lo sport, le regole e il fair play*

- A. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.
- B. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.
- C. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.
- D. 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.

***Salute e benessere, prevenzione e sicurezza***

- A. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.
- B. 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.

## EDUCAZIONE FISICA CLASSE QUINTA

### NUCLEO TEMATICO 1 Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	COMPETENZE DEL QUINTO ANNO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE E CONTENUTI	ABILITÀ	COMPETENZE CHIAVE EUROPEE
<p>1. 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.</p> <p>4. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p>	<p>Si fa riferimento ai traguardi per lo sviluppo delle competenze delle Indicazioni Nazionali.</p>	<p>A Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p>B Riconoscere e valutare traiettorie e distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p>	<p>- Schemi motori e posturali.</p> <p>- Giochi con e senza attrezzi.</p>	<p>- Organizza condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento.</p> <p>- Sa costruire sequenze ritmiche con i movimenti del corpo e con gli oggetti.</p>	<p>-Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare</p> <p>-Competenza in materia di cittadinanza</p> <p>-Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali</p> <p>-Competenza imprenditoriale</p>

### NUCLEO TEMATICO 2 Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	COMPETENZE DEL QUINTO ANNO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE E CONTENUTI	ABILITÀ	COMPETENZE CHIAVE EUROPEE
<p>2. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i</p>	<p>Si fa riferimento ai traguardi per lo sviluppo delle competenze delle Indicazioni Nazionali.</p>	<p>A Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche</p>	<p>- Drammatizzazioni e coreografie individuali e collettive.</p>	<p>- Sa esprimere emozioni col movimento del corpo in sequenze coreografiche individuali e collettive.</p>	<p>-Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare</p>

propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.		<p>attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>B Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>			<p>-Competenza in materia di cittadinanza</p> <p>-Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali</p> <p>-Competenza imprenditoriale</p>
---	--	--	--	--	---

### NUCLEO TEMATICO 3 Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	COMPETENZE DEL QUINTO ANNO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE E CONTENUTI	ABILITÀ	COMPETENZE CHIAVE EUROPEE
<p>3. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>7. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>Si fa riferimento ai traguardi per lo sviluppo delle competenze delle Indicazioni Nazionali.</p>	<p>A Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gocosport.</p> <p>B Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>C Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p>	<p>- Giochi individuali e di squadra.</p> <p>-Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>- Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p>-Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare</p> <p>-Competenza in materia di cittadinanza</p> <p>-Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali</p> <p>-Competenza imprenditoriale</p>

		D 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.			
<b>NUCLEO TEMATICO 4 Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>					
<b>TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>	<b>COMPETENZE DEL QUINTO ANNO</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>CONOSCENZE E CONTENUTI</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE CHIAVE EUROPEE</b>
<p>5. 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.</p> <p>6. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime</p>	<p>Si fa riferimento ai traguardi per lo sviluppo delle competenze delle Indicazioni Nazionali.</p>	<p>A Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>B 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</p>	<p>- Sicurezza e prevenzione, salute e benessere.</p>	<p>- Utilizza con perizia e autocontrollo il materiale e le attrezzature presenti in palestra e negli altri ambienti scolastici.</p> <p>-Riconosce i comportamenti improntati al benessere e alla salute.</p>	<p>-Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare</p> <p>-Competenza in materia di cittadinanza</p> <p>-Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali</p> <p>-Competenza imprenditoriale</p>

alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.		in relazione all'esercizio fisico.			
---	--	------------------------------------	--	--	--