

CURRICOLI DI EDUCAZIONE FISICA CLASSE QUINTA

COMPETENZA	NUCLEO FONDANTE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	TRAGUARDI AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA
<ul style="list-style-type: none"> • Imparare ad imparare. • Agire in modo autonomo e responsabile. 	<p>MOVIMENTO</p>	<p>-Saper riconoscere, memorizzare, rielaborare le informazioni provenienti dal proprio corpo.</p> <p>-Saper utilizzare una varietà di azioni motorie progressivamente più complesse.</p> <p>-Saper riprodurre azioni motorie adattandole alle strutture ritmiche e viceversa.</p> <p>-Saper organizzare il movimento in forma individuale e in gruppo in relazione agli elementi spaziali, anche in ambiente naturale.</p> <p>-Dimostrare consapevolezza dei cambiamenti del corpo in età evolutiva in relazione al movimento.</p>	<p>-Propriocettività</p> <p>-Schemi motori</p> <p>-Capacità coordinative</p> <p>-Capacità condizionali</p> <p>-Orientamento spaziale</p>	<p>Acquisire 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.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Imparare ad imparare • Comunicare • Acquisire ed interpretare l'informazione 	<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO</p>	<p>-Saper utilizzare in forma generale il corpo e gli attrezzi di fortuna e di fantasia per esprimere situazioni ed emozioni attraverso segni non verbali.</p> <p>-Saper eseguire individualmente e in gruppo coreografie per esprimere sentimenti, situazioni e contenuti musicali.</p> <p>-Saper eseguire individualmente e in gruppo attività di mimo, danza e drammatizzazione.</p> <p>-Saper analizzare e interpretare le modalità di espressione corporea utilizzate e i contenuti comunicativi propri e dei compagni.</p>	<p>-Mimo e drammatizzazione.</p> <p>-Danze e coreografie.</p>	<p>Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Imparare a imparare • Progettare • Agire in modo autonomo e responsabile 	<p>GIOCO E SPORT</p>	<p>-Saper utilizzare schemi motori combinati per differenti proposte di gioco-sport.</p> <p>-Saper proporre varianti agli schemi motori.</p>	<p>-Capacità coordinative e condizionali.</p> <p>-Schemi motori statici e dinamici.</p> <p>-Coordinazione</p>	<p>Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Risolvere i problemi • Imparare a imparare. • Acquisire e interpretare l'informazione. • Collaborare e partecipare. • Progettare. • Risolvere i problemi. 		<p>-Saper valutare la forza da imprimere ai diversi gesti motori.</p> <p>-Saper incrementare la velocità di esecuzione dei movimenti e saperla applicare alla performance sportiva.</p> <p>-Saper assumere un atteggiamento positivo nell'affrontare le esperienze di gioco.</p> <p>-Saper collaborare con i compagni accettando le diversità e i vari ruoli.</p> <p>-Saper riconoscere e rispettare regole, regolamenti, sanzioni e</p>	<p>intersegmentaria</p> <p>-Giochi individuali e di squadra.</p> <p>-Capacità coordinative oculo segmentarie.</p> <p>-Capacità condizionali.</p> <p>-Capacità coordinative spazio temporali.</p> <p>-Rispetto delle regole</p> <p>-Fair play</p>	<p>Sperimentare in forma semplificata e progressivamente più complessa diverse gestualità tecniche.</p> <p>Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>
--	--	---	--	--

		accettare la sconfitta.		
<ul style="list-style-type: none"> • Imparare a imparare • Risolvere i problemi 	SALUTE E BENESSERE	<p>-Saper assumere comportamenti controllati e finalizzati alla prevenzione degli infortuni e alla sicurezza nei vari ambienti in presenza di altri e di attrezzi.</p>	<p>-Criteri di base per muoversi in sicurezza.</p>	<p>Agire rispettando i criteri di sicurezza per sé e per gli altri e trasferire tale competenza in ambiente scolastico ed extra-scolastico.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Agire in modo autonomo e responsabile. • Individuare collegamenti e relazioni. 		<p>-Saper applicare autonomamente le principali regole alimentari e di igiene.</p> <p>-Essere consapevoli che attività motoria e gioco inducono a benessere</p>	<p>-Le regole principali della corretta alimentazione.</p> <p>-Il rapporto tra attività ludico-motorie e le sensazioni di benessere.</p>	<p>Riconoscere alcuni 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.</p>