

Programmazione didattico-educativa di classe
SCUOLA PRIMARIA
classe 4^B Don Milani
a. s. 2021-2022

FILONE 8: Consapevolezza ed espressione culturale MOTORIA		
INDICATORE: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO		
COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	
	CONOSCERE	SAPER FARE
Padroneggia gli schemi motori e posturali nello spazio	Conosce: - il corpo e la sua relazione con lo spazio - combinazioni semplici e complesse di gesti in sequenze ritmiche - gli schemi motori di base e combinati - gli schemi motori di base con l'uso di attrezzi specifici - il ritmo cardiaco e inspirazione /espirazione - gli esercizi necessari per ripristinare la normale funzionalità respiratoria - i giochi motori che implicano motricità fine, l'equilibrio e la coordinazione motoria	Sa: - controllare il ritmo respiratorio - coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva e simultanea - riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio.

SAPER FARE	ATTIVITÀ	PERIODO
controllare il ritmo respiratorio	Gioco di rilassamento dei muscoli attraverso azioni e movimenti rallentati	Intero anno scolastico
coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva e simultanea	- Giochi di movimento codificati - Adattamento alla corsa a differenti andature riuscendo a mantenerle	Intero anno scolastico
riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio.	- Esercitazioni sulla corsa ad ostacoli - Organizzazione del movimento in funzione della presenza di altri e dei loro movimenti - Gioco, regole e fair play - Prove di disequilibrio come modo di percepire il corpo nello spazio - Giochi di gruppo tradizionali riadattati - Esercizi ginnici con l'uso degli attrezzi a disposizione - Uso o della palla come strumento di coordinazione e socializzazione - Gioco della palla prigioniera	Intero anno scolastico

**FILONE 8: Consapevolezza ed espressione culturale
 MOTORIA**

INDICATORE: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA

COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	
	CONOSCERE	SAPER FARE
Esprime i propri stati d'animo attraverso il linguaggio corporeo e motorio.	Conosce: • semplici sequenze di movimenti coreografici • il mimo, drammatizzazioni con il corpo e parti di esso	Sa: • utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee • elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie • inventare e organizzare esercizi e/o giochi

SAPER FARE	ATTIVITÀ'	PERIODO
utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee	- percezione spaziale ed emotiva - armonia del movimento, agilità attraverso l'ascolto di un sottofondo musicale, gioco di rilassamento	Intero anno scolastico
elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie	- balli coreografici di gruppo/classe - percorsi eseguiti con l'ascolto di musica	Intero anno scolastico
inventare e organizzare esercizi e/ o giochi	Gioco individuale e di gruppo per l'acquisizione/consolidamento di: schemi motori di base, schemi posturali di base, capacità coordinative, capacità condizionali, controllo della velocità	Intero anno scolastico

**FILONE 8: Consapevolezza ed espressione culturale
 MOTORIA**

INDICATORE: IL GIOCO, LO SPORT E IL FAIR PLAY

COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	
	CONOSCERE	SAPER FARE
Sperimenta esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport e comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle	Conosce: • giochi sportivi cooperativi, di ruolo, di orientamento • giochi Individuali e di gruppo con e senza attrezzi • giochi di percezione corporea • la collaborazione e l'interdipendenza nel gioco • schemi motori combinati e gesti tecnici • ruoli, regole, tecniche e modalità esecutive dei giochi • lo spirito di gruppo---squadra: accettazione delle condizioni del gioco e dei risultati	Sa: • applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport • prendere parte attivamente alle varie forme di gioco organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri • rispettare le regole nella competizione sportiva

SAPER FARE	ATTIVITÀ'	PERIODO
applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport	- pratica attività come basket, pallavolo e calcio - lavoro a gruppi e organizzazione dello spazio di gioco e degli attrezzi; - Esercizi individuali sul controllo della palla sottoforma di circuito - gare individuali, a coppie, a squadre - giochi tradizionali - giochi di mira e di precisione - giochi di gruppo autogestiti	Intero anno scolastico
prendere parte attivamente alle varie forme di gioco organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri	regole di comportamento e di gioco nelle diverse discipline sportive basket, pallavolo, calcio ...	Intero anno scolastico
rispettare le regole nella competizione sportiva	- cooperazione e confronto leale nelle diverse attività anche competitive - arbitraggio e controllo dell'esecuzione	Intero anno scolastico

FILONE 8: Consapevolezza ed espressione culturale
MOTORIA

INDICATORE: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	
	CONOSCERE	SAPER FARE
Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico e di sana alimentazione	Conosce: • caratteristiche fisiche e motorie in relazione a specifici compiti motori • elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia	Sa: • assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita • 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

SAPER FARE	ATTIVITA'	PERIODO
assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita	corrette modalità esecutive per la prevenzione e la sicurezza	Intero anno scolastico
riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita	- Studio sull'importanza del rapporto alimentazione ed esercizio fisico, in relazione ai sani stili di vita - prime nozioni di igiene e di salute	Intero anno scolastico
acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico	- Studio del corpo umano: apparato locomotore, i muscoli e le ossa - Apparato cardiorespiratorio: il cuore e i polmoni	Intero anno scolastico

STRATEGIE EDUCATIVO-DIDATTICHE:

- creazione di giochi distanziati da sperimentare e condividere con i compagni;
- problem solving;
- attività di movimento all'aperto;
- possibilità di arrivare alla soluzione del compito attraverso una ricerca individuale;
- equilibrio tra ripetizione e cambiamento;
- produzione e scoperta delle abilità motorie.