PROGETTAZIONE CURRICOLARE
elaborata dal DIPARTIMENTO DISCIPLINARE
periodo: **Trimestre Settembre/Ottobre/Novembre**
DISCIPLINA: **EDUCAZIONE MOTORIA**
SCUOLA PRIMARIA
CLASSI QUARTE-QUINTE

1. INDIVIDUAZIONE DEGLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO (da programmazione d'istituto)

CLASSE QUARTA

INDICATORE: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

TRAGUARDI DI COMPETENZA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ	PERIODO/ORE
Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.	Conosce: • il corpo e la sua relazione con lo spazio; • combinazioni semplici di gesti in sequenze ritmiche; • il ritmo cardiaco e le fasi di inspirazione/espirazione.	Sa: • coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva e simultanea; • controllare il ritmo respiratorio durante l'attività motoria;	• Percorsi motori strutturati; • giochi di lancio e ricezione; • giochi di lateralizzazione; • staffette semplici.	Trimestre
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	Conosce: • il corpo e la sua relazione con lo spazio; • semplici combinazioni di schemi motori di	Sa: • coordinare semplici schemi motori; • riconoscere semplici traiettorie e distanze.	• Percorsi motori per lo sviluppo degli schemi motori di base.	Trimestre

Via Bonvesin de la Riva, 1
20025 LEGNANO (MI)
0331548306 0331546802
info@icsbonvesin.edu.it
miic8d9008@istruzione.it
miic8d9008@pec.istruzione.it
Codice meccanografico: MIIC8D9008
Codice fiscale: 92044520150

	base con o senza l'ausilio di attrezzi specifici.	• organizzare il movimento nello spazio seguendo semplici riferimenti.		

INDICATORE: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Esprimersi nell'ambito motorio valorizzando le proprie potenzialità.	Conosce: • semplici sequenze di movimenti coreografici; • il mimo, le drammatizzazioni con il corpo e parti di esso.	Sa: • utilizzare in forma originale modalità espressive e corporee; • eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie; • inventare e organizzare semplici esercizi e giochi.	• Attività ritmico-motorie con Just Dance; • creare ed eseguire semplici sequenze coreografiche; • rappresentazioni mimico-gestuali.	Trimestre
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	• Il mimo e le drammatizzazioni attraverso il corpo e le sue parti.	• Utilizzare semplici modalità espressive e corporee.	• Semplici rappresentazioni mimico-gestuali; • creare semplici coreografie guidate.	Trimestre

INDICATORE: IL GIOCO LO SPORT E IL FAIR PLAY				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Adeguare le modalità esecutive a differenti proposte motorie.	Conosce: • giochi individuali e di gruppo con e senza attrezzi; • giochi di percezione	Sa: • applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport;	• Giochi sportivi propedeutici (pallacanestro, pallavolo, pallamano..); • giochi a squadre; • staffette.	Trimestre

	corporea; • la collaborazione e l'interdipendenza nel gioco; • schemi motori combinati e gesti tecnici.	• prendere parte attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con i pari.		
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	• Giochi individuali e di gruppo con e senza attrezzi; • semplici giochi di percezione corporea; • la collaborazione e l'interdipendenza nel gioco; • semplici combinazioni di schemi motori e gesti tecnici; • semplici regole e modalità di gioco; • lo spirito di gruppo-squadra: accettazione delle condizioni del gioco e dei risultati.	• Applicare semplici modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport; • prendere parte alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara; • rispettare le regole del gioco.	• Giochi sportivi (basket, pallavolo, pallamano); • giochi a squadre; • staffette.	Trimestre

INDICATORE: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.	Conosce: • caratteristiche fisiche e motorie in relazione a specifici compiti motori; • agire nel rispetto delle regole di sicurezza durante le attività motorie.	Sa: • assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di	• Attività ludico-motorie finalizzate al rispetto delle regole e alla prevenzione degli infortuni; • esercizi semplici per l'utilizzo degli attrezzi; • attività a coppie e di gruppo per il corretto utilizzo degli spazi	Trimestre

		vita; • riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.	durante il movimento; • allacciare correttamente le scarpe.	
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	• Agire nel rispetto delle regole di sicurezza durante le attività motorie.	• Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	• Attività ludico-motorie per rispettare semplici regole; • esercizi semplici per l'utilizzo degli attrezzi.	Trimestre

CLASSE QUINTA				
INDICATORE: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.	Conosce: • Combinazioni semplici e complesse di gesti in sequenze ritmiche; • gli esercizi necessari per ripristinare la normale funzionalità respiratoria.	Sa: • adattare il proprio movimento nello spazio in relazione a traiettorie, distanze, ritmi e successioni temporali. • controllare e regolare il ritmo respiratorio durante l'attività motoria.	• Percorsi motori con variazione di direzione, velocità e ritmo; • esercizi di equilibrio statico e dinamico; • staffette.	Trimestre
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	Conosce: • semplici sequenze	Sa: • coordinare	• Semplici percorsi motori con variazione di direzione e velocità;	Trimestre

	di gesti ritmici; • semplici esercizi di respirazione e recupero; • semplici giochi per sviluppare coordinazione, equilibrio e motricità fine.	semplici schemi motori combinati. • controllare il ritmo respiratorio durante l'attività motoria; • adattare il movimento nello spazio seguendo semplici traiettorie e distanze.	• semplici giochi di equilibrio statico e dinamico.	

INDICATORE: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Esprimersi nell'ambito motorio valorizzando le proprie potenzialità.	Conosce: • sequenze di movimenti; • il mimo, le 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.	• Attività ritmico-motorie con Just Dance; • creare ed eseguire sequenze coreografiche complesse; • ideazioni di giochi ludico-motorio; • rappresentazioni mimico-gestuali;	Trimestre
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	• Semplici sequenze di movimenti; • il mimo, le drammatizzazioni con il corpo e parti di esso.	• Utilizzare in forma originale e creativa semplici modalità espressive e corporee; • elaborare ed	• Semplici rappresentazioni mimico-gestuali; • creare semplici coreografie guidate.	Trimestre

		eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie.		

INDICATORE: IL GIOCO LO SPORT E IL FAIR PLAY				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Adeguare le modalità esecutive a differenti proposte motorie.	Conosce: • 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.	Sa: • applicare correttamente modalità esecutive in diverse proposte di gioco-sport; • prendere parte attivamente alle varie forme di gioco; • rispettare le regole nella competizione sportiva.	• Giochi sportivi (basket, pallavolo, pallamano); • giochi a squadre • staffette; • giochi di orientamento.	Trimestre
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	• Giochi sportivi cooperativi, di ruolo e di orientamento; • giochi individuali e di gruppo con e senza attrezzi; • giochi di percezione corporea; • lo spirito di gruppo-squadra: accettazione delle condizioni del gioco	• Applicare modalità esecutive in diverse proposte di gioco-sport; • Prendere parte alle varie forme di gioco; • Rispettare le regole del gioco; • Accettare la	• Giochi sportivi (basket, pallavolo, pallamano); • gare; • giochi a squadre • staffette; • giochi di orientamento.	Trimestre

	e dei risultati.	vittoria e la sconfitta.		

INDICATORE: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.	Conosce: • caratteristiche fisiche e motorie in relazione a specifici compiti motori; • agire in modo autonomo e consapevole nel rispetto delle regole di sicurezza durante le attività motorie.	Sa: • adottare comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita; • comprendere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita; • acquisire maggiore consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	• Attività ludico-motorie finalizzate al rispetto delle regole e alla prevenzione degli infortuni; • esercizi per l'utilizzo sicuro e consapevole degli attrezzi; • attività a coppie e di gruppo per la gestione degli spazi durante il movimento.	Trimestre
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	• Agire nel rispetto delle regole di sicurezza durante le attività motorie.	• Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione	• Attività ludico-motorie per rispettare semplici regole; • esercizi semplici per	Trimestre

		degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	l'utilizzo degli attrezzi.	

2. CONTRIBUTO DELLA DISCIPLINA AL CONSEGUIMENTO DELLE COMPETENZE DI CITTADINANZA (DA CONDIVIDERE CON I RISPETTIVI CONSIGLI DI CLASSE / TEAM)				
INDICATORE: IL SÉ E L'ALTRO				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Classe 4^ Sperimenta comportamenti di autocontrollo, fiducia in sé. Accetta le differenze intese come fonte di arricchimento reciproco.	Conosce: • le regole della convivenza civile per una fattiva collaborazione; • il valore della diversità.	Sa: • assumere un atteggiamento di fiducia verso l'adulto e se stesso; •riconoscere ed esplorare il valore delle diverse culture come arricchimento personale e sociale.	• Attività di Joy of moving; • Giochi a squadre; • Giochi di ruolo.	Trimestre
Classe 5^ Mette in atto comportamenti di autonomia, autocontrollo, fiducia in sé (responsabilità negli incarichi affidati e nei compiti scolastici, gestione delle emozioni, consapevolezza delle proprie capacità e del proprio ruolo, adeguamento della condotta nelle diverse situazioni). Accetta e valorizza le differenze intese come fonte di arricchimento reciproco.	Conosce: • le regole della convivenza civile per una fattiva collaborazione; • le pari dignità tra le persone.	Sa: • sviluppare la capacità di ascolto delle opinioni altrui per accettare, rispettare e aiutare gli altri; • accogliere gli altri, con i loro punti di forza e le loro criticità, come opportunità di sviluppo e di crescita personale.	• Attività di Joy of moving; • Giochi a squadre; • Giochi di ruolo; • Giochi di orientamento.	Trimestre

3. MODALITÀ DI VERIFICA DEI LIVELLI DI APPRENDIMENTO	
● Prove pratiche	• Percorsi motori; • staffette; • giochi sportivi (basket, pallavolo, pallamano); • giochi a squadre; • giochi di orientamento; • inventare e organizzare giochi; • attività ritmico-motorie con Just Dance;
● Prove orali e scritte	• Regole giochi sportivi; • schemi di base giochi sportivi; • pianificare giochi e/o percorsi.

4. STRATEGIE PER POTENZIAMENTO / CONSOLIDAMENTO / RECUPERO
Strategie per il potenziamento delle eccellenze *(es.*approfondimento, rielaborazione e problematizzazione dei contenuti; affidamento di incarichi impegni e/o di coordinamento; valorizzazione degli interessi extrascolastici positivi; ricerche individuali e/o di gruppo; lettura di testi extrascolastici; partecipazione a concorsi; attività per classe aperte)
- Pianificazione e realizzazione di percorsi motori inserendo schemi motori combinati - Pianificazione e spiegazione ai compagni di un gioco con le sue regole
Strategie per il consolidamento (es. attività guidate a crescente livello di difficoltà; esercitazioni di fissazione/automatizzazione delle conoscenze; inserimento in gruppi motivati di lavoro; assiduo controllo dell' apprendimento; valorizzazione delle esperienze extrascolastiche; attività per clssi aperte)
- Attività di peer-tutoring - Attività in piccolo gruppo
Strategie per il recupero (es. studio assistito in classe sotto la guida di un tutor; diversificazione/adattamento dei contenuti disciplinari; allungamento dei tempi di acquisizione dei contenuti disciplinari; assiduo controllo dell' apprendimento con frequenti feedback ; coinvolgimento in attività collettive (es. lavori di gruppo); affidamento dei compiti e crescente livello di difficolta e/o di responsabilità; corso/i di recupero, attività per classi aperte)
Personalizzazione delle attività sulla base delle esigenze del singolo: fornire un tempo maggiore per lo svolgimento dei percorsi, semplificare gli schemi motori da utilizzare, peer tutoring e tutoring, semplificazione delle sequenze di movimenti nelle danze e nelle coreografie.

Documento redatto dal docente referente del dipartimento disciplinare		
data	*nome e cognome*	*firma*
Legnano, 30/09/2026	Rachela Singarella	Rachela Singarella

Condiviso dai componenti del DIPARTIMENTO DISCIPLINARE in data 30/09/2026

DOCENTI DIPARTIMENTO	
Cognome - Nome	**Firma**
Rachela Singarella	Rachela Singarella