

CLASSE QUINTA
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZE CHIAVE: COMPETENZA DIGITALE - COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITA' DI IMPARARE A IMPARARE - COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA – COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE - COMPETENZA IMPRENDITORIALE

NUCLEO TEMATICO: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

DOCUMENTO DI VALUTAZIONE:

- SMS_G001: Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati fra loro e in forma simultanea.

TRAGUARDI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI GUIDA	VALUTAZIONE	
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.	Utilizzare schemi motori e posturali di base. 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.	Esercizi a corpo libero individuali e a coppie. Percorsi e staffette utilizzando piccoli attrezzi. Giochi di movimento a coppie, a piccoli gruppi, a squadre utilizzando piccoli attrezzi nell'ambiente palestra.	O	L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi), riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse e non proposte in precedenza, con autonomia e consapevolezza.
	Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo.	Test motori. Le andature e lo spazio disponibile. Le parti del corpo: le funzioni fisiologiche e la respirazione. Le posizioni fondamentali.	Ds	L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse, con autonomia e consapevolezza.

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.	Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere allo stesso tempo contenuti emozionali. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. Eseguire semplici composizioni e/o progressioni, utilizzando un'ampia gamma di codici espressivi. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.	Gli schemi motori in forma successiva e combinata. Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di informazioni. Orientamento spaziale. Il gioco libero. Le variabili spazio/temporali. La direzione, la lateralità. Le posizioni del corpo nello spazio: destra, sinistra, avanti, dietro. Le sequenze ritmiche. Schemi motori seguendo il ritmo della musica. Danze e balletti a coppie o in gruppo. Esercizi e balletti con musiche varie. Combinazioni di schemi motori di base sulla musica. Esercizi di drammatizzazione e imitazioni a specchio, a coppie o a gruppi.		
---	---	---	--	--

		La mimica. Comunicazione di contenuti emozionali attraverso la drammatizzazione. Sequenze di movimento. Le regole di diversi giochi tradizionali. Esercitazioni in palestra in forma di gioco-sport. Le regole di diversi giochi-sport.	B	L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) con autonomia e consapevolezza.
			Dc	L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) con parziale autonomia e consapevolezza.
			S	L'alunno/a coordina in forma successiva e simultanea i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) sotto la guida e con il supporto del docente.
			NS	L'alunno non coordina i vari schemi posturali e motori di base (camminare e correre, saltare e atterrare, rotolare e strisciare, lanciare e afferrare, arrampicarsi) e a partecipare ai giochi proposti anche se guidato dal docente.

OBIETTIVI ESSENZIALI NUCLEO TEMATICO: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

- Utilizzare diversi schemi motori e posturali di base.
- Eseguire movimenti precisati ed adattarli a diverse situazioni esecutive.
- Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a sequenze ritmiche.

NUCLEO TEMATICO: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA

DOCUMENTO DI VALUTAZIONE:

SMS_G001: Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati fra loro e in forma simultanea.

TRAGUARDI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI GUIDA	VALUTAZIONE	
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 che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.	Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco - sport. Controllare il proprio corpo in relazione agli oggetti, allo spazio e agli altri, sperimentando gestualità tecniche. Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	Esercitazioni in palestra in forma di gioco-sport. Esercitazioni su gestualità tecniche a corpo libero e/o con l'uso di attrezzi. Il rispetto delle norme di sicurezza in palestra e nei vari ambienti scolastici.	O	L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio, agli oggetti e agli altri sperimentando gestualità anche complesse, con autonomia e consapevolezza, riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse e non proposte in precedenza.
			Ds	L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio, agli oggetti e agli altri, con autonomia e consapevolezza, riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse.
			B	L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio agli oggetti e agli altri con autonomia e consapevolezza.
			Dc	L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio agli oggetti e agli altri con parziale autonomia e consapevolezza.
			S	L'alunno/a controlla il proprio corpo in relazione allo spazio agli oggetti e agli altri solo se guidato e supportato dal docente.

			NS	L'alunno/a non riesce abitualmente a controllare il proprio corpo in relazione allo spazio agli oggetti e agli altri anche se guidato dal docente.
OBIETTIVI ESSENZIALI NUCLEO TEMATICO: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA - Utilizzare il corpo per esprimersi e comunicare. - Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. - Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.				
NUCLEO TEMATICO: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY				
DOCUMENTO DI VALUTAZIONE: SMS_G002: Partecipare alle varie forme di gioco rispettando indicazioni e regole nella competizione.				
TRAGUARDI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI GUIDA	VALUTAZIONE	
Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.	Rispettare le regole della competizione sportiva e dei giochi sportivi praticati. Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra.	Giochi di squadre. Alcune fondamentali regole dei giochi di squadra. Il valore e le regole dello sport e i principi del fair-play.	O	L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco con autonomia e consapevolezza, riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse e non proposte in precedenza.
	Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente con i compagni anche in una competizione sportiva.	I giochi della tradizione popolare. Sviluppo del senso di responsabilità.	Ds	L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco con autonomia e consapevolezza, riuscendo ad affrontare anche situazioni complesse.

	Saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	Partecipazione ai giochi e rispetto delle regole. Rapporto tra movimento e salute.	B	L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco con autonomia e consapevolezza.
			Dc	L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco con parziale autonomia e consapevolezza.
			S	L'alunno/a comprende, rispetta e applica indicazioni e regole delle varie forme di gioco principalmente sotto la guida e con il supporto del docente.
			NS	L'alunno/a non riesce abitualmente a comprendere, rispettare e applicare indicazioni e regole delle varie forme di gioco anche se guidato dal docente.

OBIETTIVI ESSENZIALI NUCLEO TEMATICO: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

- Conoscere, applicare e rispettare le regole dei giochi praticati.
- Collaborare nel gioco di squadra, apportando il proprio contributo.
- Rispettare le regole nella competizione sportiva.

NUCLEO TEMATICO: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

DOCUMENTO DI VALUTAZIONE:

- SMS_G001: Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati fra loro e in forma simultanea.
- SMS_G002: Partecipare a giochi a squadre rispettando indicazioni e regole nella competizione.

TRAGUARDI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI GUIDA	VALUTAZIONE
-----------	----------------------------	-----------------	-------------

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.	Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e della sicurezza nei vari ambienti di vita. Seguire e rispettare semplici regole igieniche funzionali al vivere collettivo.	Elenco delle varie parti del corpo umano e posizioni. Esercizi per riconoscere le varie parti del corpo umano. Posture e posizioni. Consapevolezza nell'utilizzo dei piccoli e grandi attrezzi. Nozioni d'igiene personale. Piramide alimentare. Comportamenti consoni alle situazioni. L'igiene del corpo. Regole alimentari e di movimento.	O	L'alunno/a riconosce con chiarezza il legame tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta sempre comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando correttamente spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.
			Ds	L'alunno/a riconosce il legame tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta spesso comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando correttamente spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.
			B	L'alunno/a riconosce i principali legami tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta generalmente comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.
			Dc	L'alunno/a riconosce parzialmente i principali legami tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta saltuariamente comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.

			S	L'alunno/a riconosce con il supporto del docente i principali legami tra alimentazione, esercizio fisico e benessere personale promuovendo un sano stile di vita. Adotta sotto la guida del docente comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, utilizzando spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.
			NS	L'alunno/a non riconosce il legame tra alimentazione- esercizio fisico- benessere personale per promuovere un sano stile di vita. Non adotta comportamenti adeguati in palestra e negli ambienti di vita, non utilizzando correttamente spazi e attrezzature nel rispetto della sicurezza propria e altrui.

OBIETTIVI ESSENZIALI NUCLEO TEMATICO: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

- Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.
- Seguire e rispettare semplici comportamenti igienico-alimentari.