

PROGETTAZIONE ANNUALE

DISCIPLINA EDUCAZIONE FISICA

CLASSE QUINTA

NUCLEI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
A. IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<ol style="list-style-type: none">1. Potenziare il controllo del proprio corpo nel movimento e nelle posture.2. Sviluppare la bilateralità.3. Maturare la dominanza per imparare ad impostare con una parte del corpo il movimento e sostenerlo con l'altra.4. Migliorare la forza muscolare in previsione del gioco-sport.5. Utilizzare con padronanza gli schemi motori di base.6. Migliorare le capacità coordinative.7. Affinare l'equilibrio statico e dinamico.8. Adattare gli schemi motori a parametri di spazio, tempo, ritmo.9. Potenziare la reattività a stimoli esterni.
B. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	<ol style="list-style-type: none">1. Comunicare idee, sensazioni, emozioni attraverso il movimento e gesti.2. Rappresentare con il movimento situazioni diverse quali narrazioni, canzoni, musiche.3. Fornire il proprio contributo alle rappresentazioni teatrali, ad attività di tipo ludico, espressivo e/o musicale.
C. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<ol style="list-style-type: none">1. Collaborare nell'organizzazione e nella scelta dei giochi collettivi.2. Organizzare anche in autonomia il gioco e il movimento.3. Conoscere eventi sportivi di oggi e di ieri.4. Acquisire una corretta mentalità nei confronti dell'agonismo.5. Formarsi una coscienza sportiva sia come protagonista sia come spettatore di eventi sportivi
D. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<ol style="list-style-type: none">1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.2. Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.3. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico4. Consolidare la conoscenza dei movimenti in sicurezza.

