|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **EDUCAZIONE FISICA: CURRICOLO VERTICALE 5-4 PRIMARIA** | | |
| **Traguardi per lo sviluppo delle competenze alla fine della primaria**  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.  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 *giocosport* anche come orientamento alla futura pratica sportiva.  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.  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.  Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle | | |
| **Nuclei tematici** | **Obiettivi di apprendimento**  **5** | **Obiettivi di apprendimento**  **4** |
| **A. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.** | 1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). 2. 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. | 1. Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc) e affinare la coordinazione generale. 2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e brevi successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. |
| **B. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva** | 1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. 2. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. | 1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, consolidando la capacità di trasmettere nel contempo contenuti emozionali. 2. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. |
| **C. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play** | 1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di *giocosport.* 2. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. 3. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. 4. Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità. | 1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di *gioco sport,* prediligendo quelle con regole chiare, facilmente praticabili e aggreganti. 2. Saper utilizzare i più significativi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. 3. Partecipare attivamente a varie forme di gioco conosciute, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. 4. Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando un generale senso di responsabilità. |
| **D. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza** | 1. Assumere *consapevolmente* 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. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. | 1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. 2. Iniziare a riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Avviare alla conoscenza consapevole delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. |