

Classe	SCUOLA PRIMARIA PROVOLO - CLASSE QUINTA
Disciplina	EDUCAZIONE MOTORIA
Competenze chiave europee	Desunte dalla raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18-12-2006 e dalle Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE - ESPRESSIONE CORPOREA

Competenze specifiche	Abilità	Conoscenze	Valutazione
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare,...). - 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 e agli altri. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare schemi motori e posturali, le loro interazioni in situazione simultanea e contemporanea. • Ampliare il patrimonio degli schemi motori: inclinare, abduurre, circondurre, ruotare,... • Sviluppare la destrezza, la mobilità e la forza 	<ul style="list-style-type: none"> • Consolidamento schemi motori e posturali. • Le capacità condizionali (forza, resistenza, velocità). 	<p>L'alunno/a si coordina all'interno di uno spazio, in rapporto alle cose e alle persone, e utilizzando diversi schemi motori combinati ed applicando modalità esecutive di giochi di movimento, in modo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - preciso, corretto, sicuro ed elegante; - preciso e coordinato; - preciso e coordinato ma non continuo; - non sempre preciso e non sempre coordinato.

**IL LINGUAGGIO DEL CORPO
COME MODALITÀ
COMUNICATIVO-
ESPRESSIVA.**

- Utilizzare in formula originale e creativa modalità espressive e corporee sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.
- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.
- Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio respiratorie e muscolari) ed i loro cambiamenti conseguenti all'esercizio fisico, sapendo anche modulare e controllare l'impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza e velocità) adeguandole all'intensità e alla durata del compito motorio.

- Imparare ad ascoltare il proprio corpo per esprimere sensazioni ed emozioni.

- Gesti, mimica, voce, postura.
- L'espressione corporea libera e guidata.
- Percezione della tensione muscolare corrispondente ad un'emozione.

L'alunno/a utilizza modalità espressive e corporee per comunicare stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali in modo:

- creativo, originale e consapevole;
- sostanzialmente creativo e consapevole;
- abbastanza consapevole, ma semplice;
- non sempre consapevole anche se guidato.

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY.

- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.
- Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.
- Partecipare attivamente alle forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.
- Rispettare le regole della competizione sportiva: saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando la diversità e manifestando senso di responsabilità.

- Partecipare ai giochi di squadra e rispettarne le regole.
- Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra.
- Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in competizione con i compagni.

- Giochi di squadra.
- Gioco-sport.

L'alunno/a sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva e comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco-sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle in modo:

- autonomo corretto e responsabile;
- autonomo e responsabile;
- poco preciso e non sempre adeguato;
- poco adeguato seppur guidato

**SALUTE E BENESSERE,
PREVENZIONE E SICUREZZA.**

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.
- Riconoscere il rapporto tra esercizio fisico e salute, assumendo stili di vita e comportamenti adeguati.
- Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.

- Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere fisico.
- Rispettare regole esecutive funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita.

- Corrette modalità esecutive per la prevenzione e la sicurezza.
- Uso corretto degli spazi e di alcuni attrezzi.
- Autonomia nella gestione dei materiali.

L'alunno/a 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 extra scolastico e riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo in modo:

- molto corretto, consapevole e responsabile;
- corretto e consapevole;
- abbastanza consapevole;
- non sempre consapevole anche se guidato.