PROGRAMMAZIONE PER COMPETENZE DISCIPLINARI

**MOTORIA CLASSE V SCUOLA PRIMARIA**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Competenze** | **Abilità specifiche** | **Nuclei tematici**  **(conoscenze)** | **Attività** |
| **L’alunno acquisisce**  **consapevolezza di sé**  **attraverso l’ascolto e**  **l’osservazione del corpo,**  **la padronanza degli**  **schemi motori e**  **posturali, sapendosi**  **adattare alle variabili**  **spaziali e temporali**  **Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive**  **Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d’animo**  **Si muove nell’ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri** | **Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**   * Utilizzare schemi posturali e motori in situazioni sempre più complesse * 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.   **Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva**   * Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. * Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.   **Il gioco, lo sport, le regole e il fair play**   * Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport. | * Schemi motori combinati * Il corpo e le funzioni senso percettive * Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo * Affinamento delle capacità coordinative generali e speciali * Resistenza e rapidità in relazione al compito motorio * Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva * Il gioco, lo sport, le regole | * Esercizi propedeutici al rafforzamento e allo sviluppo dello schema motorio del saltare, superare, scavalcare, anche in presenza di vincoli spazio-temporali e con piccoli attrezzi. * Percorsi e circuiti con il superamento di ostacoli, anche in forma di gara. * Sperimentazione di condotte motorie combinate, anche con l’uso di piccoli attrezzi, per mettere alla prova rapidità e resistenza personale in relazione alla fatica fisica e al controllo della funzione respiratoria, * Giochi individuali, a coppie, in piccoli gruppi, a squadre e prove a tempo in cui sperimentare schemi motori combinati. * Riproduzione di giochi tradizionali. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.**  **Comprende all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e**  **l’importanza di rispettarle,** | * Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. * 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.   **Salute e benessere, prevenzione e sicurezza**   * Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.   Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione  all’esercizio fisico. |  | * Giochi di squadra finalizzati alla sperimentazione dei diversi ruoli (attivi e regolativo/arbitrali), dei gesti tecnici specifici, delle modalità esecutive dello spazio e delle regole. |