

ISTITUTO OMNICOMPRESIVO ALTO ORVIETANO - FABRO
PROGRAMMAZIONE ANNUALE EDUCAZIONE FISICA CLASSE V

MACRO-INDICATORI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO CURRICOLO VERTICALE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO I QUADRIMESTRE	COMPETENZE I QUADRIMESTRE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO II QUADRIMESTRE	COMPETENZE FINALI
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<p>1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva e in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare.)</p> <p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare gli schemi motori e posturali in situazione combinata, simultanea e in successione • Collegare e coordinare abilità motorie a situazioni esecutive sempre più complesse • Gestire e sperimentare le proprie capacità motorie • Padroneggiare la capacità di differenziazione temporale • Coordinare la gestualità fino-motoria(oculo-manuale e podalica) • Padroneggiare la capacità di differenziazione spaziale e di orientamento • Coordinare l'equilibrio statico e dinamico • Coordinare la lateralità 	<p>LIVELLO ESSENZIALE: L'alunno acquisisce una sufficiente consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare sufficientemente alle variabili spaziali e temporali</p> <p>LIVELLO MEDIO: L'alunno acquisisce una buona consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare in modo adeguato alle variabili spaziali e temporali</p> <p>LIVELLO AVANZATO: L'alunno acquisisce ottima consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare in modo più che buono alle variabili spaziali e temporali</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare gli schemi motori e posturali in situazione combinata, simultanea e in successione • Collegare e coordinare abilità motorie a situazioni esecutive sempre più complesse • Gestire e sperimentare le proprie capacità motorie • Padroneggiare la capacità di differenziazione temporale • Coordinare la gestualità fino-motoria(oculo-manuale e podalica) • Padroneggiare la capacità di differenziazione spaziale e di orientamento • Coordinare l'equilibrio statico e dinamico • Coordinare la lateralità 	<p>LIVELLO ESSENZIALE: L'alunno acquisisce una sufficiente consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare sufficientemente alle variabili spaziali e temporali</p> <p>LIVELLO MEDIO: L'alunno acquisisce una buona consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare in modo adeguato alle variabili spaziali e temporali</p> <p>LIVELLO AVANZATO: L'alunno acquisisce ottima consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare in modo più che buono alle variabili spaziali e temporali</p>
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa ed espressiva	<p>3. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Applicare ed elaborare semplici coreografie e/o progressioni motorie • Applicare e collegare in forma originale e creativa un'ampia gamma di codici espressivi 	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Utilizza sufficientemente il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p> <p>LIVELLO MEDIO: Utilizza in modo buono il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p> <p>LIVELLO AVANZATO: Utilizza in modo ottimo il linguaggio corporeo e motorio</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Applicare ed elaborare semplici coreografie e/o progressioni motorie • Applicare e collegare in forma originale e creativa un'ampia gamma di codici espressivi 	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Utilizza sufficientemente il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p> <p>LIVELLO MEDIO: Utilizza in modo buono il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p>

	4. Elaborare ed eseguire sequenze di movimento o coreografie individuali e collettive.		per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali		LIVELLO AVANZATO: Utilizza in modo ottimo il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>5. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.</p> <p>6. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>7. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>8. Rispettare le regole della 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Applicare e rispettare le indicazioni e le regole dei giochi motori, tradizionali, di giocosport e sportivi • Interagire e cooperare nel gruppo, confrontandosi lealmente con gli altri • Partecipare attivamente ai giochi motori, tradizionali, di giocosport e sportivi collaborando con gli altri • Accettare le decisioni arbitrali e la sconfitta • Accogliere le diversità, manifestando senso di responsabilità • Conoscere i principali elementi semplificati di molteplici discipline sportive • Assumere un atteggiamento consapevole verso il gioco, accettando i propri limiti 	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Comprende <u>sufficientemente</u> all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico- sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sperimenta sufficientemente diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive; - sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche <p>LIVELLO MEDIO: Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico- sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sperimenta diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive; - sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche <p>LIVELLO AVANZATO: Comprende <u>pienamente</u> all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico- sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sperimenta costruttivamente diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive; - sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche 	<ul style="list-style-type: none"> • Applicare e rispettare le indicazioni e le regole dei giochi motori, tradizionali, di giocosport e sportivi • Interagire e cooperare nel gruppo, confrontandosi lealmente con gli altri • Partecipare attivamente ai giochi motori, tradizionali, di giocosport e sportivi collaborando con gli altri • Accettare le decisioni arbitrali e la sconfitta • Accogliere le diversità, manifestando senso di responsabilità • Conoscere i principali elementi semplificati di molteplici discipline sportive • Assumere un atteggiamento consapevole verso il gioco, accettando i propri limiti 	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Comprende <u>sufficientemente</u> all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico- sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sperimenta sufficientemente diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive; - sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche <p>LIVELLO MEDIO: Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico- sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sperimenta diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive; - sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche <p>LIVELLO AVANZATO: Comprende <u>pienamente</u> all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico- sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sperimenta costruttivamente diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive; - sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche

<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>9. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>10. 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Applicare e rispettare le regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita, anche in quello stradale • Riconoscere, utilizzare e applicare il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico, salute e benessere • Applicare e collegare comportamenti igienici e salutistici nella vita quotidiana • Coordinare la respirazione • Coordinare il tono muscolare 	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Si muove in modo abbastanza responsabile nell'ambiente di vita e di scuola rispettando sufficientemente alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce sufficiente consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>LIVELLO MEDIO: Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce buona consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>LIVELLO AVANZATO:</p> <p>-Si muove responsabilmente nell'ambiente di vita e di scuola rispettando pienamente alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce ottima consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Applicare e rispettare le regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita, anche in quello stradale • Riconoscere, utilizzare e applicare il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico, salute e benessere • Applicare e collegare comportamenti igienici e salutistici nella vita quotidiana • Coordinare la respirazione • Coordinare il tono muscolare 	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Si muove in modo abbastanza responsabile nell'ambiente di vita e di scuola rispettando sufficientemente alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce sufficiente consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>LIVELLO MEDIO: Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce buona consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>LIVELLO AVANZATO:</p> <p>-Si muove responsabilmente nell'ambiente di vita e di scuola rispettando pienamente alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce ottima consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p>
---	--	---	---	---	---