



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
ISTITUTO COMPRENSIVO "PIAZZA COSTA"  
Piazza Costa, 23 – 20092 Cinisello Balsamo (MI)  
e-mail: miic8ap009@istruzione.it  
PEC: miic8ap009@pec.istruzione.it  
Sito internet: www.comprendivocosta.gov.it

## **PROGRAMMAZIONE DIDATTICA DI EDUCAZIONE FISICA CLASSE QUINTA**

### **TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLE CLASSE QUINTA**

L'alunno:

- a. acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali;
- b. utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali;
- c. sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive;
- d. sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche;
- e. si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri;
- f. riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare;
- g. 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.

### **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

#### **1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio**

- a. Eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie.
- b. Interagire correttamente con strumenti e spazi a disposizione

#### **2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva**

- a. Eseguire movimenti precisi ed adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse.

#### **3. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play**

- a. Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco/sport individuale e di squadra.
- b. Rispettare le regole dei giochi praticati.

#### **4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza**

- a. Cooperare con il gruppo, confrontarsi lealmente anche in una competizione con i compagni.

## **FINALITÀ**

Nel primo ciclo l'educazione fisica promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti. Contribuisce, inoltre, alla formazione della personalità dell'alunno attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea, nonché del continuo bisogno di movimento come cura costante della propria persona e del proprio benessere.

## **METODOLOGIA**

- Alternare/integrare lezioni frontali con attività laboratoriali.
- Favorire l'apprendimento collaborativo attraverso lavori di gruppo, coppie di aiuto reciproco, tutoring.
- Valorizzare l'esperienza e le conoscenze degli alunni attraverso il brainstorming, documentabile con trascrizione delle conversazioni, e/o attraverso la mappa delle conoscenze/idee.
- Creare situazioni che problematizzino la realtà e coinvolgano gli alunni nella ricerca di soluzioni originali.
- Favorire la riflessione nel proprio processo di apprendimento (imparare ad imparare).

## **STRUMENTI**

Materiale strutturato e di uso comune

## **VERIFICHE**

Osservazioni in itinere con prove pratiche