

**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE– Classe quarta - Classe quinta**

Competenze di riferimento per la valutazione	Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento	Contenuti
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>PADRONEGGIA ABILITÀ MOTORIE DI BASE</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Padroneggia schemi motori combinati, con e senza oggetti.</li> <li>Organizza il proprio movimento in relazione a spazio-tempo-ritmo.</li> <li>Riconosce le variazioni fisiologiche del corpo durante il movimento (respirazione, battito cardiaco...).</li> <li>Controllo della respirazione e della capacità di rilassare il corpo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Controllare i segmenti corporei e il loro movimento.</li> <li>Sperimentare e controllare posizioni statiche e dinamiche.</li> <li>Muoversi rispettando sequenze spazio-temporali e ritmi dati.</li> <li>Riconoscere variazioni strutturali e fisiologiche del corpo (altezza, peso, battito cardiaco e respirazione)</li> </ul>	<p>Orientamento Controllo del corpo Respirazione Concentrazione Destrezza Postura collo-spalle Coordinazione gambe-braccia Corsa Direzione e cambio di direzione Lancio Afferrare Corsa Salto Arrampicata Rotolare Traiettorie e forza Velocità e tempo Ritmo Equilibrio Agilità Rapidità Riflessi</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>UTILIZZA L'ESPRESSIVITÀ CORPOREA</b></li> </ul>	<p>Utilizza il corpo per esprimersi, comunicare.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere e sperimentare le differenti modalità di espressione (posturale e di mimica facciale) delle emozioni.</li> <li>• Utilizzare il proprio corpo in drammatizzazioni e danze.</li> </ul>	<p>Danze Storie Brani musicali Imitazioni di andature. Esercizi a specchio</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PARTECIPA ALLE ATTIVITÀ DI GIOCO E DI SPORT, RISPETTANDO LE REGOLE; SI ASSUME LA RESPONSABILITÀ DELLE PROPRIE AZIONI PER IL BENE COMUNE</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprende e interiorizza il valore del gioco.</li> <li>• Rispetta e applica le regole, in situazioni e ambiti diversi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giocare applicando indicazioni e regole date.</li> <li>• Giocare applicando indicazioni e regole condivise.</li> <li>• Cooperare e accettare i ruoli.</li> <li>• Assumere comportamenti adeguati alle diverse situazioni di gioco e di sport</li> </ul>	<p>Giochi di squadra Attività di gioco libero/sportivo, in gruppo. Percorsi Specialità sportive Regole e regolamenti nel gioco e nello sport</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>UTILIZZA NELL'ESPERIENZA LE CONOSCENZE RELATIVE ALLA SALUTE, ALLA SICUREZZA, ALLA PREVENZIONE E AI CORRETTI STILI DI VITA</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riconosce il valore della corporeità e del movimento come fonte di benessere.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tenere comportamenti sicuri in palestra.</li> <li>• Conoscere norme di sicurezza e prevenzione dei rischi.</li> <li>• Riconoscere il legame tra alimentazione, esercizio fisico e salute.</li> </ul>	<p>La sicurezza nella vita quotidiana.          La sicurezza a scuola.          Il regolamento della palestra.          La salute.          Un corpo sano.          Gli alimenti.          Corretti stili di vita.          La sicurezza nella vita quotidiana          La sicurezza a scuola          Il regolamento della palestra          La salute          Un corpo sano          Gli alimenti          Corretti stili di vita</p>
--	---	---	--

## METODOLOGIA

La conoscenza del sé, dell'ambiente, della propria possibilità di movimento, della propria identità corporea, contribuiscono alla formazione della personalità dell'alunno, in relazione a se stesso e al gruppo dei compagni. Il successo della propria azione motoria favorisce la promozione dell'autostima e, nelle occasioni in cui si sperimenta la vittoria o la sconfitta, il gioco motorio educa al controllo delle proprie emozioni. Attraverso l'attività motoria permette gli alunni possono vivere esperienze di socializzazione con il gruppo dei pari, sperimentando il valore della cooperazione, del lavoro di squadra, e il valore del rispetto delle regole, concordate e condivise, che stanno alla base della convivenza civile. Per quanto scritto si provvederà a programmare attività motivanti e stimolanti adeguate alle capacità di ciascun alunno, per permettere la più ampia partecipazione, a favorire le graduali acquisizioni delle competenze motorie, rendendo gli alunni consapevoli dei propri progressi, nonché a trasmettere agli alunni i principi e i valori della cultura sportiva.

## VALUTAZIONE

La valutazione, intesa come momento formativo, avverrà attraverso due canali: obiettivi raggiunti al termine delle diverse unità di lavoro, dove si valuterà la partecipazione e il lavoro complessivamente svolto dai singoli alunni; a conclusione delle attività osservando principalmente il rispetto per sé, il rispetto per l'avversario, il senso di appartenenza, il senso della lealtà e della responsabilità, il controllo dell'aggressività, il rispetto delle regole condivise durante il gioco e non e l'acquisizione dei principi e dei valori della cultura sportiva.