**SCUOLA  PRIMARIA BAMBINI DI SARAJEVO**

**IC CRESPELLANO**

**PROGRAMMAZIONE ANNUALE DI EDUCAZIONE MOTORIA**

**CLASSI VA – VB - VC**

***ANNO  SCOLASTICO*** *2022-2023* ***INSEGNANTE   Fabrizi Elena***

|  |
| --- |
| **COMPETENZA CHIAVE EUROPEA:****CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE*** Esprimersi in modo personale, con creatività e partecipazione
* Essere sensibile alla pluralità di culture, lingue, esperienze

**COMPETENZE DISCIPLINARI*** Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.
* Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d’animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.
* Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport, anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
* Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
* Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell’uso degli attrezzi,per poter trasferire tale competenza nell’ambiente scolastico ed extrascolastico.
* Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell’uso di sostanze che inducono dipendenza.
* Comprende, all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l’importanza di rispettarle.
 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NUCLEI FONDANTI** | **CONOSCENZE** | **ABILITA’** |
| **IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO** | * Le funzioni fisiologiche del corpo
* Le posizioni fondamentali
* Schemi motori combinati
* Schemi motori in simultanea e in successione: traiettorie, distanze e ritmi esecutivi
* Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di informazioni
* Orientamento spaziale
 | * Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all’esercizio fisico,
* Modulare e controllare l’impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità) adeguandole all’intensità e alla durata del compito motorio
* Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultanea e in successione
* Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successione 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** | * Comunicazione di contenuti emozionali attraverso la drammatizzazione
* Creare coreografie
* Sequenze di movimento
 | * Utilizzare modalità espressive e corporee attraverso forme di drammatizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali
* Elaborare semplici coreografie o sequenze di movimento utilizzando brani musicali o strutture ritmiche
 |
| **IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY** | * Elementi tecnici delle discipline sportive
* Il valore e le regole dello sport
* I giochi della tradizione popolare.
* Partecipazione ai giochi e rispetto delle regole.
* Sviluppo del senso di responsabilità.
 | * Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di molteplici discipline sportive
* Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni
* Utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole
* Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità
 |
| **SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA** | * L’igiene del corpo
* Regole alimentari e di movimento
* Rapporto movimento salute
 | * Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambiti di vita
* Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici
 |