

Programmazione annuale
anno scolastico 2019/2020
Educazione fisica cl. 4°

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE/CONTENUTI
<p>Acquisire gli schemi motori di base e utilizzarli correttamente in relazione allo spazio, al tempo nel rispetto di sé e degli altri.</p>	<p>Utilizzare diversi schemi motori e combinarli tra loro anche simultaneamente.</p> <p>Riconoscere e valutare le traiettorie, le distanze, i ritmi delle azioni motorie e organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli altri e agli oggetti nello spazio.</p> <p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> <p>Assumere comportamenti adeguati per prevenire infortuni.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento e coreografie (individuali e collettive).</p>	<p>Esercizi per rafforzare e sviluppare gli schemi motori del saltare, superare, scavalcare, anche in presenza di spazi e tempi predefiniti.</p> <p>Percorsi e circuiti con superamento di ostacoli.</p> <p>Condotte motorie combinate, per migliorare rapidità e resistenza (presa di coscienza della fatica fisica e del controllo della respirazione).</p> <p>Il linguaggio corporeo come modalità comunicativo-espressiva.</p>
<p>Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive e regole di diversi giochi-sport.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco e di gare, collaborando con gli altri.</p>	<p>Giochi individuali, a coppie, in piccoli gruppi, a squadre, prove a tempo, utilizzando gli schemi motori di base.</p> <p>Giochi di squadra, anche con piccoli attrezzi, sperimentando ruoli diversi, nel rispetto dei compagni, degli spazi e dei tempi.</p>