

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA CLASSE 4^

COMPETENZE GENERALI	OBIETTIVI SPECIFICI (solo quelli oggetto di valutazione)	CONTENUTI GENERALI/ATTIVITÀ
A. CONOSCE IL CORPO E LE FUNZIONI SENSO PERCETTIVE	1) Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo 1.1) Conoscere e controllare alcune funzioni del proprio corpo (cardio-respiratorie e muscolari) 1.2) Consolidare la capacità di concentrazione, autocontrollo e rilassamento 1.3) Acquisire la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali 1.4) Rispettare e accettare le proprie capacità individuali e quelle dei compagni	<ul style="list-style-type: none">- Percorsi misti ed esercizi mirati con difficoltà progressive.- Giochi per migliorare la precisione di lanci, tiri e passaggi.- Giochi per il consolidamento dell'equilibrio e dell'autocontrollo.- Attività di rilassamento e di controllo respiratorio.
B. COMPRENDE IL MOVIMENTO E IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA, E LE RELAZIONI SPAZIO-TEMPO	1) Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio corporeo, motorio e sportivo 1.1) Utilizzare correttamente gli schemi motori di base in successione e in interazione tra loro 1.2) Saper mirare e valutare distanze e traiettorie	<ul style="list-style-type: none">- Sequenze di movimento- Creazione di coreografie individuali e collettive- Attività di drammatizzazione- Giochi di percezione corporea

	<p>1.3) Sapere esprimere con il corpo contenuti emozionali</p> <p>1.2) Utilizzare diversi codici espressivi di comunicazione corporea</p>	
<p>C. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p>	<p>1) Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e sportive rispettando le regole, cooperando con i compagni, assumendosi le responsabilità delle proprie azioni</p> <p>1.1) Eseguire correttamente giochi individuali e di gruppo rispettando le indicazioni dell'insegnante</p> <p>1.2) Rispettare le regole di un gioco collettivo</p> <p>1.3) Partecipare alle varie forme di gioco collaborando con gli altri</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Concordare con il gruppo le regole delle attività - Giochi tradizionali e non, di gruppo e di squadra - Giochi sportivi paradossali - Staffette - Partecipazione ai progetti sportivi di istituto (minibasket, baseball, nuoto)
<p>D. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p>	<p>1) Adottare idonei comportamenti igienico - alimentari e di prevenzione degli infortuni nel rispetto dei criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>1.1) Assumere adeguati comportamenti igienici in relazione a se stessi e all'ambiente</p> <p>1.2) Utilizzare in modo corretto per sé e per gli altri spazi e attrezzature</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscenza e rispetto delle norme igienico-sanitarie e alimentari necessarie per il proprio benessere