



**ISTITUTO COMPrensIVO "AMERIGO VESPUCCI" - VIBO MARINA**  
**SCUOLA PRIMARIA**

**PROGETTAZIONE DIDATTICA DISCIPLINARE**  
**PER COMPETENZE**  
**di**  
**EDUCAZIONE FISICA**  
**CLASSE QUARTA**

**ANNO SCOLASTICO 2023/2024**

# EDUCAZIONE FISICA

## CLASSE QUARTA

### COMPETENZA CHIAVE-EUROPEA

**COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI.** *Implica la comprensione e il rispetto di come le idee e i significati vengono espressi creativamente e comunicati in diverse culture e tramite tutta una serie di arti e altre forme culturali. Presuppone l'impegno di capire, sviluppare ed esprimere le proprie idee e il senso della propria funzione o del proprio ruolo nella società in una serie di modi e contesti.*

<b>NUCLEI FONDANTI</b>	<b>INDICATORI DI COMPETENZA</b>
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	<i>Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.</i>
<b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA</b>	<i>Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.</i>
<b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b>	<i>Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</i>
<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	<i>Adattare semplici comportamenti igienico – alimentari per il proprio benessere.</i>

## COMPETENZE DEL PROFILO DELLO STUDENTE

- *Si impegna in campi espressivi, motori ed artistici che gli sono congeniali.*
- *È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.*

## TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- *Acquisisce 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.*
- *Utilizza 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.*
- *Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.*
- *Riconosce 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.*

**UDA N.1: "IO MI MUOVO"**  
**TEMPI: SETTEMBRE - OTTOBRE - NOVEMBRE**

NUCLEI FONDANTI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	METODOLOGIE
<p><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p> <p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA</b></p> <p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p> <p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche ed i loro cambiamenti conseguenti all'esercizio fisico;</li> <li>● Utilizzare in formula originale e creativa modalità espressive e corporee;</li> <li>● Conoscere i principali elementi tecnici di diverse proposte di <i>gioco-sport</i>.</li> <li>● Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico (cura del corpo, alimentazione).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Giochi individuali sulla percezione globale e segmentaria delle varie parti del corpo.</li> <li>● Attività di identificazione di emozioni in personaggi vari.</li> <li>● Giochi individuali e di squadra: atletica, minivolley, pallamano e minibasket</li> <li>● Norme principali per la prevenzione e tutela della salute.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Esercizi singoli, percorsi, circuiti, staffette.</li> <li>● Giochi per l'accettazione delle regole concordate e condivise.</li> <li>● Il movimento del corpo inteso come promozione della crescita globale equilibrata e come ricerca di una maggiore collaborazione nel gruppo classe, tendente a concorrere allo sviluppo di corretti e coerenti comportamenti relazionali, al controllo delle emozioni, all'accettazione delle sconfitte e alla condivisione delle vittorie.</li> </ul>
<p align="center"><b>STRUMENTI E CANALI DI COMUNICAZIONE</b></p>	<p align="center"><b>VERIFICA</b></p>		<p align="center"><b>VALUTAZIONE NARRATIVA</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Registro elettronico.</li> <li>● Piattaforma G-Suite e applicativi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Attività pratiche.</li> <li>● Partecipazione alle attività individuali e di gruppo.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● Per i criteri valutativi riferirsi a quelli approvati dal Collegio dei Docenti e inseriti nel Piano Triennale.</li> </ul>

**UDA N.2: "IO E LO SPAZIO"**  
**TEMPI: DICEMBRE - GENNAIO**

NUCLEI FONDANTI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	METODOLOGIE
<p><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p> <p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA</b></p> <p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p> <p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Comprendere l'importanza della respirazione durante l'esercizio fisico;</li> <li>● Esprimere stati d'animo attraverso posture statiche e dinamiche;</li> <li>● Saper individuare e rispettare le regole del gioco.</li> <li>● Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico (cura del corpo, alimentazione).</li> <li>● Educare gli alunni a comportamenti adeguati e coerenti con la sostenibilità ecologica, sociale, culturale.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Esercizi di scoperta delle modificazioni corporee associate allo sforzo.</li> <li>● Attività di identificazione di emozioni in personaggi vari.</li> <li>● Giochi di riflessione e di confronto fra compagni per interiorizzare gradualmente stili di comportamento corretti e rispettosi.</li> <li>● Principi di una corretta alimentazione.</li> <li>● IL gioco</li> <li>● Le regole</li> <li>● Fair play</li> <li>● Mimica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Esercizi singoli, percorsi, circuiti, staffette.</li> <li>● Giochi per l'accettazione delle regole concordate e condivise.</li> <li>● Il movimento del corpo inteso come promozione della crescita globale equilibrata e come ricerca di una maggiore collaborazione nel gruppo classe, tendente a concorrere allo sviluppo di corretti e coerenti comportamenti relazionali, al controllo delle emozioni, all'accettazione delle sconfitte e alla condivisione delle vittorie.</li> </ul>
<p align="center"><b>STRUMENTI E CANALI DI COMUNICAZIONE</b></p>	<p align="center"><b>VERIFICA</b></p>		<p align="center"><b>VALUTAZIONE NARRATIVA</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Registro elettronico.</li> <li>● Piattaforma G-Suite e applicativi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Attività pratiche.</li> <li>● Partecipazione alle attività individuali e di gruppo.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● Per i criteri valutativi riferirsi a quelli approvati dal Collegio dei Docenti e inseriti nel Piano Triennale.</li> </ul>

### UDA N.3: "GIOCHIAMO INSIEME"

TEMPI: FEBBRAIO - MARZO

NUCLEI FONDANTI	OBIETTIVI I DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	METODOLOGIE
<p><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p> <p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA</b></p> <p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p> <p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Organizzare il proprio movimento in relazione a sé, agli oggetti e agli altri;</li><li>● Discriminare la variabile spaziale e temporale nell'ambito di un'azione motoria;</li><li>● Mimare con il proprio corpo sensazioni personali derivanti dall'ascolto di ritmi musicali.</li><li>● Saper individuare e rispettare le regole del gioco.</li><li>● Assumere atteggiamenti collaborativi nei giochi.</li><li>● Conoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici</li><li>● Educare gli alunni verso comportamenti corretti dal punto di vista dell'uso e della conservazione degli alimenti per la tutela della salute.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Giochi di resistenza.</li><li>● Esercizi per lo sviluppo della forza (lanci, salti ...).</li><li>● Giochi individuali e di squadra atti a potenziare le capacità condizionali.</li><li>● Attività di drammatizzazione come arricchimento della propria sensibilità espressiva, utilizzando brani musicali o strutture ritmiche complesse.</li><li>● Giochi di riflessione e di confronto fra compagni per interiorizzare gradualmente stili di comportamento corretti e rispettosi.</li><li>● I benefici dell'attività ludico-motoria sull'organismo, la necessità di igiene personale come fonte di benessere.</li><li>● Diffondere i principali concetti di igiene e sicurezza alimentare.</li><li>● Portare a conoscenza i sistemi di prevenzione del rischio microbiologico.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Esercizi singoli, percorsi, circuiti, staffette.</li><li>● Giochi per l'accettazione delle regole concordate e condivise.</li><li>● Il movimento del corpo inteso come promozione della crescita globale equilibrata e come ricerca di una maggiore collaborazione nel gruppo classe, tendente a concorrere allo sviluppo di corretti e coerenti comportamenti relazionali, al controllo delle emozioni, all'accettazione delle sconfitte e alla condivisione delle vittorie.</li></ul>

STRUMENTI E CANALI DI COMUNICAZIONE	VERIFICA	VALUTAZIONE NARRATIVA
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Registro elettronico.</li> <li>● Piattaforma G-Suite e applicativi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Attività pratiche.</li> <li>● Partecipazione alle attività individuali e di gruppo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Per i criteri valutativi riferirsi a quelli approvati dal Collegio dei Docenti e inseriti nel Piano Triennale.</li> </ul>

<b>UDA N.4: “MUOVO IL MIO CORPO”</b> <b>TEMPI REALIZZAZIONE: APRILE - MAGGIO - GIUGNO</b>			
NUCLEI FONDANTI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	METODOLOGIE
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>  <b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVA – ESPRESSIVA</b>  <b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Discriminare la variabile spaziale e temporale nell’ambito di un’azione motoria.</li> <li>● Effettuare spostamenti nello spazio in economia di tempo e in coordinazione motoria.</li> <li>● Mimare con il proprio corpo sensazioni personali derivanti dall’ascolto di ritmi musicali.</li> <li>● Apprezzare ed utilizzare giochi derivanti dalla tradizione popolare.</li> <li>● Conoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Circuiti, giochi a staffetta, percorsi motori.</li> <li>● Esercizi e giochi individuali e a coppie per valutare distanze, direzioni, traiettorie, anche con l’uso di piccoli attrezzi.</li> <li>● Balli, danze, movimenti e coreografie eseguiti singolarmente, a coppie o in gruppo.</li> <li>● Incontri sportivi per sensibilizzare gli alunni a stabili rapporti collaborativi con i compagni, nel rispetto delle regole e nell’accettazione delle diversità.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Esercizi singoli, percorsi, circuiti, staffette.</li> <li>● Giochi per l’accettazione delle regole concordate e condivise.</li> <li>● Il movimento del corpo inteso come promozione della crescita globale equilibrata e come ricerca di una maggiore collaborazione nel gruppo classe, tendente a concorrere allo sviluppo di corretti e coerenti comportamenti relazionali, al controllo delle emozioni, all’accettazione delle sconfitte e alla condivisione delle vittorie.</li> </ul>

<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	comportamenti e stili di vita salutistici. <ul style="list-style-type: none"> <li>Educare gli alunni alla comprensione dell'interdipendenza tra individuo e ambiente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>I benefici dell'attività ludico-motoria sull'organismo, la necessità di igiene personale.</li> <li>Accrescere la consapevolezza dell'importanza dello sport nel rapporto con sé, con gli altri e con l'ambiente che ci circonda.</li> </ul>	
<b>STRUMENTI E CANALI DI COMUNICAZIONE</b>	<b>VERIFICA</b>		<b>VALUTAZIONE NARRATIVA</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Registro elettronico.</li> <li>Piattaforma G-Suite e applicativi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Attività pratiche.</li> <li>Partecipazione alle attività individuali e di gruppo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Per i criteri valutativi riferirsi a quelli approvati dal Collegio dei Docenti e inseriti nel Piano Triennale.</li> </ul>	

<b>OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO</b>	
<p><b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <p><b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa- espressiva</b></p> <p><b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p> <p><b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizzare schemi motori e posturali diversi</li> <li>Ordinare in una successione temporale azioni motorie.</li> <li>Svolgere un ruolo attivo nelle attività di gioco sport individuale e di squadra, cooperando nel gruppo.</li> <li>Riconoscere l'importanza del rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico per uno stile di vita sano, a tutela e nel rispetto del proprio corpo.</li> </ul>