

CORPO MOVIMENTO E SPORT classi quinte

INDICATORE I

PADRONEGGIARE ABILITA' MOTORIE IN SITUAZIONE DIVERSE

OBIETTIVI

- I.1. Organizzare condotte motorie sempre più complesse.
- I.2. Organizzare il movimento nello spazio, in relazione a sé, agli altri e agli oggetti.
- I.3. Elaborare semplici sequenze di movimento e di coreografie.

CONTENUTI

Schemi motori e posturali; percorsi motori misti; prontezza e resistenza movimenti lenti e veloci; sviluppo muscolare; tecniche di rilassamento.

STRATEGIE DIDATTICHE

ATTIVITA', METODI, SOLUZIONI ORGANIZZATIVE

Ampliamento di tutto il repertorio di schemi motori e posturali attraverso esercizi di preatletica; realizzazione di percorsi strutturati, utilizzo di attrezzature specifiche; facilitazione della presa di coscienza del proprio corpo anche attraverso attività mimico-espressive.

VERIFICA E VALUTAZIONE

Prove pratiche.

INDICATORE II

PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' DI GIOCO E SPORT, RISPETTANDO LE REGOLE

OBIETTIVI

- II.1. Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori.
- II.2. Partecipare attivamente a giochi e gare, collaborando con gli altri.
- II.3. Manifestare senso di responsabilità, accettando le diversità e la sconfitta.

CONTENUTI

I movimenti corretti in diverse attività sportive; giochi sportivi di squadra e individuali; i ruoli dei giocatori; il ruolo del direttore di gara; eventuali tornei sportivi.

STRATEGIE DIDATTICHE

ATTIVITA', METODI, SOLUZIONI ORGANIZZATIVE

Esecuzione di esercizi preparatori utili alla realizzazione di varie attività sportive; applicazione e rispetto delle regole della palla volo: palleggiare, lanciare, ricevere, murare, eseguire; applicazione delle regole del minibasket, del calcio, eventuale organizzazione con le classi parallele di tornei sulle diverse attività sportive praticate.

VERIFICA E VALUTAZIONE

Prove pratiche

INDICATORE III

CONOSCERE OBIETTIVI E CARATTERISTICHE DELLA ATTIVITA' MOTORIE E SPORTIVE

OBIETTIVI

III.1. Riconoscere il rapporto tra alimentazione-esercizio fisico e salute.

III.2. Assumere adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.

CONTENUTI

Errori alimentari; i metodi di cottura dei cibi; le tecniche di conservazione e di trasformazione dei cibi; la tradizione culinaria locale.

STRATEGIE DIDATTICHE

ATTIVITA', METODI, SOLUZIONI ORGANIZZATIVE

Discussioni e confronti sui diversi modi di alimentarsi; indagini sui consumi alimentari e registrazione in tabelle e grafici dei dati raccolti; creazione di un depliant e/o di un manifesto che esalti l'alimentazione salutare; semplici esperienze di cucina sana ed equilibrata; letture di etichette; attività di osservazione di alimenti a casa; la data di confezione e di scadenza; la cucina locale.

VERIFICA FORMATIVA

Prove strutturate, prove semi strutturate, prove pratiche.