

UNITÀ DI LAVORO N° 1

Tempi: 1° bimestre *ottobre-novembre*

AREA LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA

• **Obiettivo formativo**

Comprendere che la comunicazione efficace di esperienze, informazioni, leggi, idee, fantasie e sentimenti si basa su un sistema di regole complesso il quale va esperito, esercitato ed elaborato in modo personale, creativo e accurato.

CORPO MOVIMENTO SPORT

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	ATTIVITÀ
<p>Il corpo e le funzioni senso percettive</p> <p>Obiettivo 1</p>	<p>* Sviluppo delle capacità condizionali, controllo della velocità, armonia del movimento, agilità, forza elastica, forza veloce</p>	<p>- Esperienze motorie proprie della corsa (a ginocchia alte, calciata, lenta e veloce)</p>
<p>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Obiettivo 3</p>	<p>* Consolidamento dell'organizzazione spazio-temporale attraverso l'affinamento della capacità di ritmizzazione</p>	<p>- Riproduzione di ritmi secondo schemi dati con le mani, i piedi e con l'utilizzo di piccoli attrezzi (clavette e palle)</p> <p>- Attività mirate alla capacità di uniformarsi al ritmo degli altri (spostamenti con cambi di direzione; giochi accompagnati da saltelli con</p>

<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <p>Obiettivo 4</p>	<p>* Utilizzazione del codice mimico-gestuale con intenzionalità ed efficacia comunicativa</p>	<p>la recitazione di filastrocche e conte)</p> <p>- Giochi con vari tipi di attrezzi strutturati e non</p> <p>- Ricerche, riflessioni e simulazione di percorsi</p>
<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Obiettivo 6</p>	<p>* Pratica di azione e rispetto delle regole, attività di gioco e di sport</p>	<p>- Manipolazione del pallone e tecniche propedeutiche.</p> <p>- Il palleggio, posizioni del busto e delle mani</p>
<p>Sicurezza e prevenzione salute e benessere</p> <p>Obiettivo 10</p>	<p>* Rispetto di regole esecutive funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita</p>	<p>- Giochi con vari tipi di attrezzi strutturati e non</p>

COMPETENZE DA VERIFICARE

- L'alunno controlla e coordina alcuni schemi posturali.
- Esegue la capovolta avanti e indietro.
- Esprime con linguaggio specifico gli schemi motori utilizzati.
- Esegue traslocazioni sulla trave bassa con diverse andature.

UNITÀ DI LAVORO N° 2

Tempi: 2° bimestre *dicembre-gennaio*

AREA LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA

• Obiettivo formativo

Comprendere che la comunicazione efficace di esperienze, informazioni, leggi, idee, fantasie e sentimenti si basa su un sistema di regole complesso il quale va esperito, esercitato ed elaborato in modo personale, creativo e accurato.

CORPO MOVIMENTO SPORT

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	ATTIVITÀ
Il corpo e le funzioni senso percettive Obiettivo 1	* Combinazione e consolidamento degli schemi posturali di arti e busto	- Esercizi individuali e a coppie di fletto-estensione, piegamenti, torsioni, slanci.
Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Obiettivo 3	* Ampliamento delle capacità coordinative e di combinazione delle abilità motorie	- Circuiti, giochi a staffetta, percorsi motori
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Obiettivo 4	* Esecuzione di semplici composizioni e/o progressioni motorie, utilizzando un'ampia gamma	- Giochi con vari tipi di attrezzi strutturati e non.

<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Obiettivo 6</p> <p>Sicurezza e prevenzione salute e benessere</p> <p>Obiettivo 10</p>	<p>di codici espressivi</p> <p>*Prima alfabetizzazione sportiva: conoscenza e pratica di attività di gioco e di sport</p> <p>* Rispetto di regole esecutivo funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita, anche in quello stradale</p>	<p>- Conoscere e rispettare le principali regole del gioco: mosca cieca, il cane e il gatto, lancia e afferra, il gioco dei birilli</p> <p>- Ricerche, riflessioni e simulazione di percorsi.</p>
--	---	---

COMPETENZE DA VERIFICARE

- Acquisire padronanza degli schemi motori e posturali.
- Modificare l'esecuzione del movimento sulle variabili di ritmo, velocità e spazio.
- Conoscere e rispettare le principali regole del gioco.
- Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio, per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.

UNITÀ DI LAVORO N° 3

Tempi: 3° bimestre *febbraio-marzo*

AREA LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA

• Obiettivo formativo

Comprendere che la comunicazione efficace di esperienze, informazioni, leggi, idee, fantasie e sentimenti si basa su un sistema di regole complesso il quale va esperito, esercitato ed elaborato in modo personale, creativo e accurato.

CORPO MOVIMENTO SPORT

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	ATTIVITÀ
Il corpo e le funzioni senso percettive Obiettivo 1	* Percezione della respirazione nella fase di inspirazione ed espirazione * Percezione del ritmo cardiaco rilevarlo e comprendere che varia con la velocità di esecuzione dei movimenti	- Esercizi respiratori e di rilassamento muscolare - Test di rilevazione del battito cardiaco
Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Obiettivo 2	* Miglioramento della coordinazione dinamica generale attraverso il potenziamento degli schemi motori	- Giochi con la palla; lanci di precisioni da fermi, in movimento, in situazioni di difficoltà
Il linguaggio del corpo come modalità		

<p>comunicativo- espressiva</p> <p>Obiettivo 5</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Obiettivo 7</p> <p>Sicurezza e prevenzione salute e benessere</p> <p>Obiettivo 10</p>	<p>* Esecuzione di sequenze motorie con l'utilizzo della musica e a ritmo naturale</p> <p>* Esecuzione di attività proposte per sperimentare e migliorare le proprie capacità</p> <p>* Rispetto di regole esecutive funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita</p>	<p>- Eseguire semplici coreografie di gruppo con azioni motorie note con e senza l'utilizzo della musica</p> <p>- Giochi di gruppo, gare e staffette</p> <p>- Giochi con vari tipi di attrezzi strutturati e non</p>
---	---	--

COMPETENZE DA VERIFICARE

- Percepire il proprio ritmo respiratorio.
- Eseguire l'inspirazione-espiazione forzata e comprenderne la differenza.
- Eseguire sequenze motorie globalmente.
- Rispettare il ritmo globale di un'esecuzione.

UNITÀ DI LAVORO N° 4

Tempi: 4° bimestre *aprile-maggio*

AREA LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA

• Obiettivo formativo

Comprendere che la comunicazione efficace di esperienze, informazioni, leggi, idee, fantasie e sentimenti si basa su un sistema di regole complesso il quale va esperito, esercitato ed elaborato in modo personale, creativo e accurato.

CORPO MOVIMENTO SPORT

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	ATTIVITÀ
Il corpo e le funzioni senso percettive Obiettivo 1	* Percezione e controllo della propria capacità di equilibrio statico	- Eseguire compiti motori con basi di appoggio precarie, superfici ridotte, elementi disturbanti l'orientamento
Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Obiettivo 3	* Organizzazione del proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri	- Giochi di velocità e direzione del tiro Giochi di coordinazione generale e organizzazione spazio-temporale
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva		

5	Obiettivo	* Sviluppo del senso ritmico del gesto per migliorare il rapporto tra musica e movimento	- Esercizi per migliorare la percezione ritmica Giochi di mimica e di movimento accompagnati dalla musica
	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play		
9	Obiettivo	* Confrontarsi in giochi a squadre in cui siano presenti schemi motori noti e capacità coordinative generali e speciali	- Giochi a squadre, circuiti misti a staffetta, gare di velocità
	Sicurezza e prevenzione salute e benessere		
11	Obiettivo	* Conoscenza dei principali elementi nutritivi e il significato del valore energetico del cibo	- Giochi sul riconoscimento dei principi nutritivi

COMPETENZE DA VERIFICARE

- Conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive.
- Sperimentare diverse gestualità tecniche.
- Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.
- Riconoscere e rispettare il valore delle regole.