

# PROGETTAZIONE ANNUALE

## DISCIPLINA EDUCAZIONE FISICA

## CLASSE QUARTA

NUCLEI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<b>A. IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Potenziare il controllo del proprio corpo nel movimento e nelle posture.</li><li>2. Sviluppare la bilateralità.</li><li>3. Scoprire la dominanza per imparare ad impostare con una parte del corpo il movimento e sostenerlo con l'altra</li><li>4. Migliorare la forza muscolare in previsione del gioco-sport.</li><li>5. Utilizzare con padronanza gli schemi motori di base.</li><li>6. Migliorare le capacità coordinative.</li><li>7. Affinare l'equilibrio statico e dinamico</li><li>8. Adattare gli schemi motori a parametri di spazio, tempo, ritmo.</li><li>9. Potenziare la reattività a stimoli esterni</li></ol>
<b>B. IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Comunicare idee, sensazioni, emozioni attraverso il movimento e gesti.</li><li>2. Rappresentare con il movimento situazioni diverse quali narrazioni, canzoni, musiche.</li><li>3. Fornire il proprio contributo alle rappresentazioni teatrali, ad attività di tipo ludico, espressivo e/o musicale.</li></ol>
<b>C. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Collaborare nell'organizzazione e nella scelta dei giochi collettivi.</li><li>2. Organizzare anche in autonomia il gioco e il movimento.</li><li>3. Conoscere eventi sportivi di oggi e di ieri.</li><li>4. Acquisire una corretta mentalità nei confronti dell'agonismo.</li><li>5. Formarsi una coscienza sportiva sia come protagonista sia come spettatore di eventi sportivi</li></ol>
<b>D. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</li><li>2. Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</li><li>3. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico</li><li>4. Consolidare la conoscenza dei movimenti in sicurezza.</li></ol>