

## SCUOLA PRIMARIA - classe terza

<b>EDUCAZIONE FISICA</b>	<b>AREA DISCIPLINARE: LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA</b>
COMPETENZA DI AREA:	Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.
COMPETENZE DISCIPLINARI:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizzare le proprie condotte motorie coordinando vari schemi di movimento.</li> <li>2. Gestire gli spazi e controllare varie posture in situazioni statiche e dinamiche non complesse.</li> <li>3. Partecipare attivamente ai giochi sportivi dimostrando di conoscere le diverse discipline sportive.</li> </ol>

NUCLEI FONDANTI	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI	ABILITA'	CONOSCENZE
1. IL LINGUAGGIO E IL MOVIMENTO DEL CORPO NELLO SPAZIO E NEL TEMPO	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</li> <li>1.2</li> <li>1.3 Assumere e atteggiamenti positivi verso il proprio corpo.</li> <li>1.4 Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione e conseguenti a crescita ed esercizio fisico.</li> <li>1.5 Eseguire percorsi ricorrendo a diversi schemi motori combinati tra loro in modo coordinato.</li> </ol>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo e saperle presentare graficamente</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro.</p> <p>Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> <p>Utilizzare modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Le varie parti del corpo e le loro funzioni</p> <p>I concetti topologici (davanti, dietro, sopra, sotto, destra e sinistra, vicino, lontano, dentro, fuori, in alto, in basso,..) e temporali (prima, dopo, contemporaneamente)</p> <p>Gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare e afferrare, rotolare, strisciare</p> <p>I ritmi (veloce, lento, ripetitivo, sequenziale)</p> <p>I comandi (partire, fermarsi, procedere)</p>
2. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIRPLAY	<ol style="list-style-type: none"> <li>2.1 Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri.</li> <li>2.2 Partecipare attivamente ai giochi in rispetto delle indicazioni e delle regole.</li> <li>2.3 Collaborare nei giochi riconoscendo e accettando le diversità.</li> </ol>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi di movimento pre-sportivi individuali e di squadra</p> <p>Interagire positivamente con</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>gioco-sport</i>.</p> <p>Saper utilizzare giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di</p>	<p>Giochi della tradizione popolare e le loro regole</p> <p>Prerequisiti dei giochi di palla</p> <p>Le regole fondamentali della disciplina sportiva dell'atletica</p>

	2.4 Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e prespostivi, individuali e di squadra.	gli altri, nella consapevolezza del valore delle regole edell'importanza di rispettarle.	gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. Nella competizione , rispettare le regole, manifestando senso di responsabilità.	
3 . SALUTE E BENESSERE,PREVENZIONE ESICUREZZA	3.1 Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 3.2 Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.	Percepire e riconoscere sensazioni di benessere,legate all'attività ludico-motoria.	Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico, attraverso osservazioni sulla propria esperienza guidate dall'insegnante (es. muoversi dopo un pasto abbondante).. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico, attraverso l'osservazione su di sé in palestra, guidata dall'insegnante	La percezione del sè Le regole per la sicurezza propria e altrui in palestra

### MICROABILITA'

- Individuare le diverse posture e movimenti possibili del corpo e dei suoi segmenti
- Consolidare e affinare gli schemi motori statici
- Consolidare gli schemi motori dinamici
- Rotolare
- Consolidare la lateralità in situazioni statiche e dinamiche rispetto a sé e agli altri
- Coordinare le combinazioni di schemi motori dinamici e posturali
- Partecipare ai giochi riconoscendo le regole e il bisogno di rispettarle
- Collaborare nei giochi per una finalità comune
- Partecipare ai giochi a squadre accettando vittorie e sconfitte
- Risolvere in forma creativa le situazioni che via via si presentano
- Utilizzare la mimica facciale e la gestualità in giochi di drammatizzazione
- Interpretare con il corpo semplici ritmi musicali
- Rispettare le regole per prevenire infortuni