|  |
| --- |
| CLASSE: TERZA |
| DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA |
| COMPETENZE CHIAVE EUROPEE:) CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE- ESPRESSIONE CORPOREA |
| NUCLEO FONDANTE | ABILITA’ | CONOSCENZE |
| IL CORPO E LE FUNZIONISENSO-PERCETTIVE | - Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. - Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)... | Consolidamento di schemi motori e posturali di base: correre, camminare, palleggiare, camminare carponi, varie andature, lanciare, afferrare, saltare, piegare, flettere, torcere, stare in equilibrio.. |
| IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA’ COMUNICATIVA | - Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d’animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. – Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. | - Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale-gestuale. - Giochi di comunicazione in funzione del messaggio. - Esecuzione di danze popolari. |
| IL MOVIMENTO DEL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO | Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati− tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare…). - Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. - Organizzare e gestire l’orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche. - Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.  | Spazio e tempo (traiettorie, distanze,− orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo). Il corpo (respiro, posizioni, segmenti,− tensioni, rilassamento muscolare) |
| IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY | - Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli  | - Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche. - Giochi di ruolo. - Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno. |
| SICUREZZA E PREVENZIONEE, SALUTE E BENESSERE | Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. – Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. proprio benessere, legati alla cura del corpo e a un corretto regime alimentare | Stare bene in palestra. - Norme principali per la prevenzione e tutela. - Principi per una corretta alimentazione. |
|  |