CURRICOLO EDUCAZIONE FISICA

CLASSI TERZA

NUCLEI FONDANTI	TRAGUARDI per le competenze al termine della classe terza	OBIETTIVI Classe terza	CONTENUTI ESSENZIALI
<p>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p>	<p>L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali</p>	<p>-Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente</p> <p>-Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc...).</p> <p>-Sapere controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo</p> <p>-Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche</p> <p>-Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi</p>	<p>- Conoscere il proprio corpo nel suo complesso e nei suoi distinti segmenti</p> <p>-Rappresentare il corpo fermo e in movimento</p> <p>-Gestire, collegare gli schemi motori e variarli in funzione di parametri spaziali e temporali</p> <p>-Gestire e collegare i diversi schemi motori e posturali combinati tra loro (correre, saltare, afferrare ,lanciare, ecc...).</p> <p>-Utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria (oculo-manuale e podalica) con piccoli attrezzi nelle diverse attività</p> <p>-Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi muovendosi con scioltezza, destrezza e disinvoltura.</p> <p>-Gestire le capacità di differenziazione spaziale e di orientamento</p> <p>-Gestire l'equilibrio statico e dinamico</p> <p>-Gestire la capacità di fantasia motoria</p> <p>-Gestire la lateralità</p> <p>-Gestire la capacità di differenziazione temporale</p>

<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p>	<p>-Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p>	<p>-Utilizzare in modo personale il corpo ed il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza</p> <p>-Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive</p>	<p>-Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p>
<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>-Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva</p> <p>-Sperimenta una pluralità di esperienze che permetteranno di conoscere ed apprezzare molteplici discipline sportive.</p> <p>-Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p>	<p>-Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi individuali e di squadra; nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti cooperando ed interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p>-Conoscere e applicare le modalità esecutive di numerosi giochi di movimento, tradizionali, pre-sportivi, individuali e di squadra</p> <p>-Assumere un atteggiamento positivo verso il gioco, accettando i propri limiti.</p> <p>-Interagire e cooperare positivamente con gli altri valorizzando le diversità</p> <p>-Conoscere, applicare e rispettare le regole dei giochi di movimento, tradizionali e pre-sportivi</p>
<p>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</p>	<p>-Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura</p>	<p>-Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</p> <p>-Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività</p>	<p>-Applicare comportamenti igienico-alimentari adeguati alle situazioni in aula e in palestra</p> <p>-Conoscere e utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi di attività e attrezzature</p>

	del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare	ludico-motoria e alla corretta alimentazione	
--	--	--	--