**EDUCAZIONE FISICA**

**LA PROGRAMMAZIONE ANNUALE**

*Elaborata secondo le* ***Indicazioni nazionali per il curricolo*** *e modulabile in relazione alla* ***progettazione disciplinare*** *prevista per la classe*

**Competenze chiave per l’apprendimento permanente**

### Competenze trasversali: competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare; competenza in materia di cittadinanza.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Traguardi per lo sviluppo**  **delle competenze**  **Declinati per la classe terza** | **Competenze di percorso**  **Dedotte dagli Obiettivi di apprendimento** | **Obiettivi di percorso** | **Contenuti** |
| L’alunno/a...  ● Acquisisce **consapevolezza di sé** attraverso **la percezione del proprio corpo** e la **padronanza degli schemi motori e posturali** nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.  ● Utilizza il **linguaggio corporeo** **e motorio** per comunicare ed esprimere i propri stati d’animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali.  ● Inizia a comprendere, all’interno delle varie occasioni di **gioco**, il **valore delle regole** e l’importanza di rispettarle.  ● Agisce rispettando i **criteri base di sicurezza per sé e per gli altri**, sia nel movimento che nell’uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell’ambiente scolastico ed extrascolastico.  ● Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio **benessere psico-fisico** legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare. | **IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO**  • Coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea.  • Riconosce e valuta 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.  **IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA**  • Utilizza in forma creativa modalità espressive e corporee.  • Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento.  **IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**  • Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.  • Sa utilizzare giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.  • Partecipa attivamente alle varie forme di gioco, impegnandosi a collaborare con gli altri.  • Rispetta le regole nel gioco competitivo e non, cercando di accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti.  **SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA**  • Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.  • Inizia a riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. | • Utilizzare in modo coordinato le abilità motorie di base, anche combinate tra loro, sviluppando l’autocontrollo e la coordinazione.  • Muoversi e sapersi organizzare in rapporto allo spazio e al tempo a disposizione.  • Valutare traiettorie, distanze e sequenze di azioni motorie, per poi  saperle eseguire.  • Esprimersi utilizzando i gesti nell’ambito di esperienze ritmico-musicali e di drammatizzazione.\*  • Partecipare a esperienze teatrali di gruppo agendo consapevolmente in relazione al proprio ruolo.  • Riconoscere e iniziare a verbalizzare le sensazioni vissute con il corpo in relazione a differenti attività motorie.  • Eseguire attività di giocosport, giochi di movimento e tradizionali cercando di rispettare indicazioni, regole e ruoli.  • Iniziare a partecipare a giochi a squadre, cercando l’intesa con i compagni.  • Nei giochi competitivi e non, sperimentare la collaborazione per il raggiungimento di un obiettivo comune.\*\*  • Imparare ad accettare l’esito di un gioco competitivo.\*\*  • Utilizzare spazi e attrezzature in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri.\*\*  • Iniziare a conoscere corrette abitudini relative all’esercizio fisico e alle abitudini alimentari finalizzate al benessere della persona.\*\* | Le dieci abilità motorie di base.  Brani musicali di vario genere.  Semplici testi teatrali.  Le diverse forme di gioco e le relative regole.  Uso corretto dei piccoli attrezzi della palestra. |

\* L’obiettivo è perseguito in prospettiva interdisciplinare con MUSICA.

\*\* L’obiettivo è perseguito in prospettiva interdisciplinare con EDUCAZIONE CIVICA.