**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 poisaperle 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.