

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
<p>L'alunno/a...</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizza in forma creativa modalità espressive e corporee. 	<ul style="list-style-type: none"> • 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.* 	<p>Le dieci abilità motorie di base.</p> <p>Brani musicali di vario genere. Semplici testi teatrali.</p>

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.

- 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.

- 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

Le diverse forme di gioco e le relative regole.

Uso corretto dei piccoli attrezzi della palestra.

<ul style="list-style-type: none"> ● Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Inizia a riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. 	alimentari finalizzate al benessere della persona.**	
--	---	--	--

* L'obiettivo è perseguito in prospettiva interdisciplinare con MUSICA.

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