|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **EDUCAZIONE FISICA - CLASSE TERZA SCUOLA PRIMARIA** | | | | | | | | | |
| **RIFERIMENTO ALLA MAPPA** | | | | | | | | | |
| **COMPETENZE DISCIPLINARI** | | | | **DISPOSIZIONI DELLA MENTE** | | | | | |
| * Usare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare i propri stati d’animo, per entrare in relazione con gli altri e con l’ambiente * Mettere a frutto le proprie potenzialità e competenze motorie riconoscendone punti di forza e di debolezza * Comprendere il valore e il significato delle regole; praticare i valori   sportivi come modalità di relazione e di rispetto proprio e altrui. | | | | * Persistere * Gestire l’impulsività * Pensare in modo flessibile * Applicare la conoscenza pregressa a nuove situazioni. * Raccogliere le informazioni attraverso tutti i sensi. * Saper entrare in empatia con gli altri. | | | | | |
| **TRAGUARDI** | | * Affina le capacità condizionali: rapidità, destrezza, agilità; padroneggia posture e schemi motori, per migliorare la coordinazione dinamica generale. * Usa il corpo in diverse situazioni e modalità per esprimersi e acquisire in termini positivi la conoscenza-coscienza della sua corporeità * Riconosce l’utilità delle regole del gioco, rispettando il ruolo di ciascun giocatore in modo da cooperare nel gruppo e per avviarsi alla pratica sportiva. * Padroneggia posture e schemi motori migliorando la coordinazione dinamica generale * Sperimenta la necessità della sicurezza per sé e per gli altri per trasferire tale competenza sia nell’ambiente di gioco scolastico sia extrascolastico. * Riconosce che la cura del proprio corpo e un corretto regime alimentare servono al proprio benessere psico-fisico. | | | | | | | |
| **NUCLEI TEMATICI** | | **IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO** | **IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA** | | **IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY** | | | **SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA** | |
| **OBIETTIVI** | | * Migliorare la coordinazione dinamica generale e segmentaria: padroneggiare posture (flettere, inclinare, circondurre, piegare, elevare, estendere, addurre, ruotare, oscillare); * Padroneggiare schemi motori dinamici in forma successiva e simultanea combinati tra loro: correre/ saltare, afferrare / lanciare…; * Affinare le capacità condizionali: rapidità, destrezza, agilità. | * Utilizzare in modo personale modalità espressive e corporee per trasmettere contenuti emozionali attraverso il gesto e i movimenti. | | * Conoscere, applicare ed eseguire i principali gesti tecnici di giochi pre – sportivi. * Partecipare ai giochi assumendo atteggiamenti collaborativi. * Conoscere, applicare e rispettare le regole dei giochi e comprenderne l’importanza. * Accettare i propri limiti, cooperando ed interagendo con gli altri. | | * Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi. * Assumere comportamenti adeguati alle situazioni e ai luoghi. * Assumere comportamenti che contribuiscono a mantenere in salute il corpo. * Percepire e riconoscere il beneficio psico- fisico dell’attività motoria. | | |
| **Eventuali adattamenti relativi agli obiettivi curriculari (tempistica**  **concentrata, obiettivi condivisi trasversalmente ecc.)** | Privilegiare giochi ed attività di gruppo per favorire la capacità relazionale mancata nell’anno scolastico precedente. | |  | | |  |  | |
| **Attività curriculari da incentivare all’aperto.** | Ogni attività potrà essere svolta anche all’aperto se le condizioni climatiche lo permetteranno. | |  | | |  |  | |