

I.C. "G. NICOLINI"- CAPRANICA

PROGRAMMAZIONE ANNUALE_SCUOLA PRIMARIA

CLASSE TERZA

	EDUCAZIONE FISICA	
Sez. A traguardi formativi		CLASSE TERZA
Competenze in materia di cittadinanza.		
Competenze Specifiche	Abilità	Conoscenze/Nuclei tematici
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in movimento, in riferimento a strutture spaziali e temporali: • adattare e modulare il movimento in relazione alle variabili spazio e tempo; • controllare i movimenti intenzionali.	Coordina e utilizza diversi schemi motori e posturali combinati tra loro. Consolida l'organizzazione spazio - temporale. Affina la coordinazione oculo-manuale e la segmenta. Acquisisce il concetto di distanza attraverso il movimento.	Occupazione ben distribuita di un ampio spazio. Schemi motori: camminare, correre, strisciare, rotolare, afferrare, lanciare, arrampicarsi. Lanci e ricezione con la palla, da fermo e in movimento.

Padroneggiare schemi motori di base	Controlla e gestisce le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.	Il palleggio e il cambio di mano. Le traiettorie. Le diverse andature dinamiche in sequenza. Le coordinate spaziali e temporali abbinate al movimento: vicino-lontano, sopra-sotto, alto-basso, corto-lungo, grande-piccolo, destra-sinistra rispetto a sé e ad altro/altri, prima-dopo, lento-veloce, direzione, verso,... L'equilibrio corporeo in situazioni statiche e dinamiche. I percorsi su distanza e direzioni varie. Il ritmo.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Assumere in forma consapevole diverse posture del corpo con finalità espressive: • interpretare attraverso il proprio corpo	Impara ad ascoltare il proprio corpo per esprimere sensazioni ed emozioni.	Gesti, mimica, voce, postura. L'espressione corporea libera e guidata.

ruoli e situazioni reali o fantastiche sapendo trasmettere contenuti emozionali. Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. Riconoscere, discriminare, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso.		Percezione della tensione muscolare corrispondente ad un'emozione.
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Conoscere e applicare modalità esecutive di giochi di movimento e propedeutici allo sport, individuali e di squadra. Comprendere l'obiettivo del gioco e rispettarne le regole. Conoscere ed eseguire giochi della tradizione popolare. Sperimentare il concetto di appartenenza al gruppo.	Rispetta le regole dei giochi organizzati, anche sotto forma di competizione. Interagisce positivamente con gli altri, rispettando le regole del gioco di squadra.	Giochi popolari. Gioco-sport: mini-basket.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri spazi e attrezzature. Conoscere ed utilizzare correttamente alcuni attrezzi della palestra. Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.	Utilizza consapevolmente le proprie capacità motorie e ne modula l’intensità dei carichi, valutando anche le capacità degli altri.	Corrette modalità esecutive per la prevenzione e la sicurezza. Uso corretto degli spazi e di alcuni attrezzi.
--	---	---

Luogo, Data

.....

Firma Docente

.....