



DISCIPLINA		EDUCAZIONE FISICA	
Classe: TERZA – Ordine di scuola: SCUOLA PRIMARIA – Anno scolastico 2020/2021			
INDICATORI DI DISCIPLINA	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	SAPERI ESSENZIALI – CONTENUTI - CONOSCENZE
<b>IL CORPO IN RELAZIONE A SPAZIO E TEMPO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nell'adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili e cinestetiche)</li> <li>Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Giochi in cui si cammina o si corre su indicazione dell'insegnante (lenti/veloci, avanti/indietro, a destra/a sinistra, lontani/vicini)</li> <li>Esercizi sulla percezione e discriminazione sensoriale, giochi sulla discriminazione di stimoli uditivi e visivi</li> <li>Giochi di movimento codificati e non sul: lanciare ed afferrare</li> <li>Esercizi a circuito e percorsi sotto forma di gioco, sugli schemi motori di base: correre, saltare, strisciare, rotolare, alternando diverse andature</li> <li>Esercitazioni su modi diversi di correre</li> <li>Esercitazioni ludiche sull'equilibrio statico e dinamico</li> </ul>
<b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizzare in forma originale modalità espressive e corporee</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sequenze di movimenti cadenzati seguendo ritmi sonori</li> <li>Giochi di imitazione</li> <li>Giochi di travestimento</li> <li>Canti mimati</li> </ul>



	(drammatizzazione, esperienze ritmico-musicali e coreutiche)		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mimo di semplici storie</li> </ul>
<b>IL GIOCO, LO SPORT E LE REGOLE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</li> <li>• Comprendere, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri</li> <li>• Rispettare le regole nella competizione sportiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giochi di ruolo, sportive codificati e non</li> <li>• Giochi sportivi semplificati, anche sotto forma di gare, nel rispetto delle diversità e delle regole</li> <li>• Giochi a staffetta e a squadre</li> <li>• Giochi collettivi sulla collaborazione reciproca</li> <li>• Giochi sull'importanza del rispetto dell'altro</li> <li>• Percorsi misti</li> <li>• Mini gare di squadra</li> </ul>
<b>SALUTE, BENESSERE PREVENZIONE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico (cura del corpo, alimentazione, sicurezza)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riconoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</li> <li>• Percepire "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso appropriato di attrezzi e spazi in attività ludico-motorie</li> <li>• Principi di una corretta alimentazione</li> <li>• Norme principali e tutela della salute</li> </ul>