



DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA

CLASSE: TERZA

1° QUADRIMESTRE

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>L'alunno 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.</p> <p>Sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore</p>	<p>I° quad.</p> <p>-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.).</p> <p>- Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, ad altri.</p>	<p>Riconoscere e denominare le arie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</p> <p>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso.</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare...).</p> <p>Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali e a strutture ritmiche.</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p> <p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nella drammatizzazione.</p>	<p>Lo schema corporeo.</p> <p>Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo).</p> <p>Il corpo (respiro, posizioni, tensioni, rilassamento muscolare).</p> <p>Giochi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale-gestuale.</p> <p>Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche.</p> <p>Giochi di ruolo.</p> <p>Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.</p> <p>Norme principali per la prevenzione e tutela.</p> <p>Principi per una corretta alimentazione.</p>

<p>delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p>		<p>Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra e, nel contempo, assumere un atteggiamento positivo e di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti.</p> <p>Cooperare e interagire positivamente con gli altri rispettando le regole.</p> <p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</p>	
---	--	--	--



DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA

CLASSE: TERZA

2° QUADRIMESTRE

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>L'alunno 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.</p> <p>Sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore</p>	<ul style="list-style-type: none">- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.- Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.- Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	<p>Riconoscere e denominare le arie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</p> <p>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso.</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare...).</p> <p>Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali e a strutture ritmiche.</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p> <p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nella drammatizzazione.</p>	<p>Lo schema corporeo.</p> <p>Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo).</p> <p>Il corpo (respiro, posizioni, tensioni, rilassamento muscolare).</p> <p>Giochi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale-gestuale.</p> <p>Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche.</p> <p>Giochi di ruolo.</p> <p>Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.</p> <p>Norme principali per la prevenzione e tutela.</p> <p>Principi per una corretta alimentazione.</p>

<p>delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p>		<p>Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra e, nel contempo, assumere un atteggiamento positivo e di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti.</p> <p>Cooperare e interagire positivamente con gli altri rispettando le regole.</p> <p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</p>	
---	--	--	--