

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA CLASSE 3[^]

COMPETENZE GENERALI	OBIETTIVI SPECIFICI (solo quelli oggetto di valutazione)	CONTENUTI GENERALI/ATTIVITÀ
A. CONOSCE IL CORPO E LE FUNZIONI SENSO PERCETTIVE	1) Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo 1.1) Saper controllare la respirazione durante i movimenti 1.2) Assumere posture corrette durante le attività 1.3) Acquisire la capacità di concentrazione, autocontrollo e rilassamento 1.4) Acquisire la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali 1.5) Sviluppare capacità di coordinazione e di equilibrio 1.6) Eseguire correttamente un percorso misto 1.7) Rispettare e accettare le capacità individuali dei partecipanti al gioco	<ul style="list-style-type: none">- Percorsi misti di difficoltà progressiva- Giochi per il consolidamento dell'equilibrio- Attività di rilassamento e di controllo respiratorio
B. COMPRENDE IL MOVIMENTO E IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA, E LE RELAZIONI SPAZIO-TEMPO	1) Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio corporeo, motorio e sportivo 1.1) Saper mirare e valutare distanze e traiettorie 1.2) Esprimere e comunicare stati d'animo attraverso il corpo e il movimento	<ul style="list-style-type: none">- Giochi per migliorare la precisione di lanci, tiri e passaggi- Sequenze di movimento.- Semplici coreografie individuali e collettive.- Attività di drammatizzazione.

	1.3) Eseguire giochi espressivi, attraverso interpretazione di ruoli, improvvisazioni e drammatizzazioni	- Giochi di ruolo.
C. IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<p>1) Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e sportive rispettando le regole, cooperando con i compagni, assumendosi le responsabilità delle proprie azioni</p> <p>1.1) Eseguire correttamente giochi individuali e di gruppo rispettando le indicazioni dell'insegnante.</p> <p>1.2) Rispettare le regole di un gioco collettivo.</p> <p>1.3) Partecipare alle varie forme di gioco collaborando con gli altri</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Concordare con il gruppo le regole delle attività. - Partecipazione ai progetti sportivi di istituto (minibasket, baseball, nuoto). - Giochi tradizionali, di gruppo e di squadra.
D. SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<p>1) Adottare idonei comportamenti igienico-alimentari e di prevenzione degli infortuni nel rispetto dei criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>1.1) Assumere adeguati comportamenti igienici in relazione all'ambiente</p> <p>1.2) Utilizzare in modo corretto per sé e per gli altri spazi e attrezzature</p>	- Conoscenza e rispetto delle norme igienico-sanitarie e alimentari necessarie per il proprio benessere.