

COMPETENZE ATTESE

Classe Terza

Ed. Fisica

DIMENSIONE:

MOTORIA E COGNITIVA

- Migliorare la padronanza del proprio corpo, in relazione alle personali caratteristiche, consolidando i movimenti fondamentali.
- Acquisire varie abilità, tattiche e tecniche motorie praticabili nel gioco, nell'esercizio e nello sport.
- Ampliare la gamma delle modalità espressive e comunicative del corpo.
- Comprendere e saper applicare regole, tattiche e strategie delle attività proposte.
- Risolvere problemi relativi alle situazioni di gioco e sportive.
- Strutturare una relazione costruttiva con l'ambiente di apprendimento.
- Conoscere i principi di una sana alimentazione in relazione con l'attività motoria e gli stili di vita.

SOCIALE ED EMOTIVO-RELAZIONALE

- Gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco e sportive.
- Saper reagire attivamente alle eventuali difficoltà negli apprendimenti.
- Interagire attivamente e in maniera rispettosa e inclusiva con i compagni, valorizzando le diversità.

- Comprendere le regole base del fair play.

COMPORTAMENTI E STILI DI VITA ATTIVI E SANI

- Partecipare attivamente e con continuità alle differenti tipologie di attività proposte.
- Utilizzare in modo attivo e costante i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi anche nel percorso autonomo casa-scuola-casa.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE
DIMENSIONE: MOTORIA E COGNITIVA • Saper controllare il proprio corpo in statiche e dinamiche (coordinazione) complesse. • Controllare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazione di equilibrio o disequilibrio. • Eseguire movimenti da semplici a più complessi, seguendo tempi ritmici diversi. • Sperimentare, secondo i principi base dell'allenamento, lo sviluppo delle	• Giochi ed attività sportive incentrate sull'attivazione di competenze cognitive, relazionali e socio-emotive. • Esercizi e percorsi a corpo libero, con grandi e piccoli attrezzi. • Giochi di ruolo, attività cooperative e collaborative inclusive. • Attività in ambiente naturale e urbano finalizzate

qualità motorie di base condizionali, valutandole con test motori.

SOCIALE ED EMOTIVO-RELAZIONALE

- Saper utilizzare l'espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante l'utilizzo del corpo e degli attrezzi di fortuna in forma originale e creativa individualmente, a coppie e in gruppo con fini comunicativi.

- Conoscere gli schemi motori di base e il loro utilizzo in ambito sportivo.

- Controllare il movimento e utilizzarlo per rappresentare e comunicare stati d'animo, anche in situazioni che richiedono l'integrazione di linguaggi diversi. Utilizzare e decodificare i linguaggi arbitrari specifici in relazione al regolamento di alcuni giochi sportivi.

- Saper utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni, anche in modo personale.

- Eseguire i principali elementi tecnici dei giochi sportivi e sport scegliendo azioni e soluzioni efficaci per risolvere i problemi.

- Sperimentare strategie di gioco e tattiche.

- Saper reagire attivamente alle eventuali difficoltà negli apprendimenti.

ad apprendimenti motori e alla scoperta del territorio.

- Attività espressivo-motorie.

- Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto delle regole, ruoli, persone e risultati.

COMPORTAMENTI E STILI DI VITA ATTIVI E SANI

- Ai fini della sicurezza sa rapportarsi adeguatamente con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza ed elementi di primo soccorso.
- Partecipare ad iniziative sportive, escursioni, uscite attive organizzate dalla scuola.
- Praticare con continuità significative attività motorie, anche non strutturate, nel tempo libero