PROGRAMMAZIONE ANNUALE DI EDUCAZIONE FISICA a.s. 2023-2024 CLASSE TERZA SCUOLA PRIMARIA I.C. SELVAZZANO 2

COMPETENZA EUROPEA DI RIFERIMENTO: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

COMPETENZE SPECIFICHE PER EDUCAZIONE FISICA

- Essere consapevoli della propria identità corporea in relazione costante con l'ambiente, gli altri, gli oggetti
- Saper utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo
- Essere consapevoli che il movimento e un sano stile di vita rappresentano le condizioni fondamentali per il proprio benessere psico-fisico
- Comprendere il valore del rispetto di regole concordate e condivise e i valori etici che sono alla base della convivenza civile

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI
Il corpo e le sue relazioni con lo spazio e il tempo; il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Saper utilizzare gli schemi motori e posturali di base organizzando il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri; utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per esprimere e comunicare stati d'animo, anche in semplici forme di drammatizzazione o danza	 I movimenti Le andature Schemi motori di base (corsa, salto,) Esercizi di equilibrio; percorsi. Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo.) Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche. Il corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare) Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale gestuale. Giochi di comunicazione in funzione del messaggio. Giochi di ruolo Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play; salute e benessere	Conoscere e sperimentare attività di gioco per apprezzarle e per comprendere il valore del rispetto, delle regole, della collaborazione reciproca	 Norme che regolano l'attività di educazione fisica in palestra e all'aperto. Norme principali per la prevenzione e tutela della salute. Principi per una corretta alimentazione.