

2° BIENNIO

Corpo – movimento - sport

classi 3° e 4° Scuola Primaria

Competenze	Abilità	Conoscenze
Essere consapevole del proprio processo di crescita e sviluppo e riconosce le attività volte al miglioramento delle proprie capacità fisiche.	Rilevare i cambiamenti morfologici del proprio corpo (peso, statura ...). Riconoscere, ricordare e verbalizzare differenti percezioni sensoriali (visive, uditive, tattili). Controllare la respirazione.	Alcuni strumenti per misurare i cambiamenti (bilancia, metro...). Misure di lunghezza e di peso.
Partecipare alle attività ludiche, didattiche e pre-sportive con buona autonomia e corretta gestione degli spazi e delle attrezzature.	Affinare gli schemi motori di base. Utilizzare consapevolmente le proprie capacità motorie e modularne l'intensità. Controllare le posizioni statiche e dinamiche del proprio corpo. Coordinare schemi motori diversi , anche con attrezzi (correre e lanciare, saltare e afferrare, correre e calciare, camminare e palleggiare ...) Eseguire una danza di tradizione o di animazione, utilizzando movimenti codificati su sequenze ritmiche.	Le azioni degli schemi motori di base e la loro applicazione. Consapevolezza delle proprie capacità e dei propri limiti.

<p>Partecipare in modo corretto a giochi di movimento, drammatizzazioni, giochi tradizionali e attività pre-sportive.</p>	<p>Memorizzare azioni e schemi di gioco, individuando i ruoli.</p> <p>Rispettare le regole di un gioco</p> <p>Proporre varianti all'organizzazione di un gioco.</p> <p>Svolgere un ruolo attivo nel gioco di squadra e rispettare i ruoli altrui.</p>	<p>Alcuni giochi tradizionali.</p> <p>Semplici elementi del gioco sport.</p> <p>Le caratteristiche dell'aspetto fisico, delle abitudini, delle capacità di se stessi e dei compagni.</p>
<p>Saper assumere comportamenti rivolti alla salvaguardia della propria ed altrui sicurezza, nelle attività motorie, nei giochi e nell'utilizzo di attrezzi e strutture.</p>	<p>Utilizzare in modo adeguato gli attrezzi nelle attività motorie guidate o libere.</p> <p>Muoversi con autocontrollo e responsabilità nello spazio della palestra e degli spogliatoi.</p>	<p>Caratteristiche e utilizzo degli attrezzi.</p> <p>Disposizione e funzioni degli spazi.</p> <p>Consapevolezza dei rischi e pericoli connessi all'ambiente palestra e all'attività sportiva.</p>