

## CURRICOLO VERTICALE

### SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - Classe TERZA Scuola PRIMARIA

#### COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: COMPETENZE DI BASE MOTORIA

<i>Competenze</i>	<i>Abilità specifiche</i>	<i>Nuclei tematici (conoscenze)</i>
<p>Il corpo e le funzioni senso-percettive: acquisire consapevolezza del proprio corpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Riconosce e sa denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e sa rappresentarle graficamente.</li><li>▪ Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestesiche)...</li></ul>	<p><b>Nucleo 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Riconoscere il proprio corpo nelle azioni motorie sperimentate.</li><li>▪ Conoscere i concetti spaziali di destra e sinistra.</li></ul>
<p>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo: destreggiarsi nella motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Coordinare e utilizzare una varietà di azioni motorie combinate tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare, rotolare/arrampicarsi...) stimolando la coordinazione generale.</li><li>▪ Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</li><li>▪ Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità).</li><li>▪ Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</li></ul>	<p><b>Nucleo 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo).</li><li>▪ Il corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare).</li></ul>

<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo – espressiva: interpretare e comunicare contenuti emozionali/tecnici attraverso i gesti e il movimento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.</li> <li>▪ Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</li> </ul>	<p><b>Nucleo 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale - gestuale.</li> <li>▪ Esecuzione di danze popolari.</li> </ul>
<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play: partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta sia la vittoria.</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 di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, interagendo e collaborando positivamente con gli altri per raggiungere l'obiettivo comune, riconoscendo il valore delle regole e rispettandole.</p>	<p><b>Nucleo 4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche.</li> <li>▪ Giochi di ruolo.</li> <li>▪ Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.</li> </ul>
<p>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere: assumere comportamenti rispettosi della propria salute e di quella altrui.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li> <li>▪ Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</li> </ul>	<p><b>Nucleo 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Stare bene in palestra.</li> <li>▪ Norme principali per la prevenzione e tutela.</li> </ul>