



ISTITUTO COMPrensIVO "AMERIGO VESPUCCI" - VIBO MARINA
SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

PROGETTAZIONE EDUCATIVA
PER COMPETENZE
SCIENZE MOTORIE

CLASSE PRIMA

ANNO SCOLASTICO 2023/2024

PROF. MARIO FANELLO

CLASSE PRIMA SCIENZE MOTORIE

L'insegnamento delle Scienze Motorie e Sportive nella scuola secondaria di I grado contribuisce alla formazione integrale dello studente e al suo successo formativo, e le conoscenze, abilità e competenze che si conseguono al termine del Triennio, non sono aspetti esclusivamente legati alla pratica motoria e sportiva, ma riguardano l'educazione complessiva del discente, in collegamento con gli altri linguaggi. Particolare rilevanza assume, quindi, la dimensione delle competenze sociali o trasversali di educazione alla cittadinanza attiva, che costituisce una risorsa indispensabile alla crescita sana ed armonica della persona, in relazione agli aspetti espressivo- comunicativi, relazionali e sociali. Pertanto le Scienze Motorie e Sportive si propongono come elemento essenziale per uno sviluppo completo ed equilibrato, e contribuiscono insieme alle altre discipline all'acquisizione delle competenze chiave di cittadinanza attiva, da acquisire trasversalmente al termine del triennio.

TEST D' INGRESSO

Valutazione di: conoscenza del proprio corpo, forza arti superiori, forza arti inferiori, velocità, resistenza, equilibrio. Attività di giocoleria con palline e foulard. Attività ed esercizi a carico naturale. Attività ed esercizi di opposizione e resistenza. Attività ed esercizi con piccoli attrezzi. Attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza, di ritmo, in situazioni spazio-temporali variate. Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni statiche e dinamiche. Attività sportive individuali e di squadra Giochi di movimento polivalenti e giochi sportivi semplificati. Organizzazione di attività di arbitraggio degli sport di squadra. Conoscenze essenziali per quanto riguarda le norme di comportamento ai fini della prevenzione degli infortuni in caso di incidente.

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA		Descrittori
COMPETENZE SPECIFICHE DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	<p>L'insegnamento dell'educazione fisica a scuola propone molteplici e diversi risultati di apprendimento che non sono specifici dell'ambito motorio o sportivo ma hanno grande valore educativo: il controllo della motricità individuale, l'apprendimento dei concetti topologici, la risoluzione dei problemi, lo sviluppo delle competenze sociali, la gestione della cooperazione e della competizione, la capacità di formulare giudizi estetici, la comprensione delle modalità esecutive di azioni differenti, ecc (apprendimenti impliciti).</p> <p>In ogni competenza motoria, pertanto, si distinguono ed interagiscono tre dimensioni fondamentali ed integrate:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cognitiva, riguarda la comprensione di definizioni, termini, concetti, relazioni, teorie, giudizi, ecc.; • operativa, riguarda il repertorio personale di abilità motorie ed i livelli di apprendimento raggiunti; • emotivo-affettiva, poiché coinvolge le disposizioni individuali, le motivazioni, le convinzioni di autoefficacia, gli atteggiamenti che permettono di conferire senso e valore personale all'esperienza motoria e scandiscono i ritmi dell'apprendimento. 	<p>Tra gli apprendimenti promossi attraverso le esperienze motorie e sportive nei contesti peculiari dell'educazione fisica, particolare rilievo assumono le life skills, le competenze sociali e relazionali che:</p> <ul style="list-style-type: none"> • consentono ai ragazzi di affrontare in modo efficace i problemi emergenti nella vita quotidiana, • avere fiducia in se stessi, • sapersi auto-valutare e gestire l'insuccesso, • relazionarsi positivamente con gli altri, non solo in ambito scolastico.
COMPETENZE TRASVERSALI		Descrittori
COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA ATTIVA	<p>È la capacità di agire da cittadini responsabili e di partecipare pienamente alla vita sociale, in base alla comprensione delle strutture e dei concetti sociali, oltre che dell'evoluzione a livello globale e della sostenibilità</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Interagire in modo collaborativo, partecipativo e costruttivo nel gruppo. • Gestire in modo positivo la conflittualità e favorire il confronto. • Conoscere e rispettare sempre e consapevolmente i diversi punti di vista e ruoli altrui.

**COMPETENZA PERSONALE,
SOCIALE E CAPACITÀ DI
IMPARARE A IMPARARE**

Consiste nella capacità di riflettere su sé stessi, di gestire efficacemente il tempo e le informazioni, di lavorare con gli altri in maniera costruttiva e di gestire il proprio apprendimento

PROGETTARE

- a) Organizzare il proprio apprendimento in modo responsabile, consapevole e autonomo.
- b) Organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero per imparare ad utilizzare conoscenze e abilità motorie. Trasferire e ricostruire autonomamente tecniche nei vari contesti.
- c) Saper scegliere ed utilizzare le varie modalità di apprendimento motorio (formale, non formale, informale) in funzione dei tempi disponibili, e degli obiettivi da raggiungere.

COMUNICARE

- a) Ideare e realizzare semplici programmi di lavoro relativi alle attività motorie praticate. Percepire e interpretare le sensazioni relative al proprio corpo, e le risposte motorie.
 - b) Utilizzare le competenze apprese per stabilire obiettivi significativi. Progettare partendo da una valutazione realistica e consapevole delle proprie capacità e delle relative priorità.
 - c) Valutare i vincoli e le possibilità legate alle proprie prestazioni motorie, in relazione al contesto, e alle strategie di azione e verificare ed analizzare i risultati raggiunti.
-
- a) Comprendere messaggi di diverso genere (quotidiano, tecnico, scientifico) e di diversa complessità.
 - b) Rappresentare principi, procedure, atteggiamenti, emozioni. Saper comunicare agli altri le proprie intenzioni e indicazioni tattiche e tecniche. Saper comunicare e rispettare regole comportamentali.
 - c) Utilizzare un codice gestuale adeguato

<p>INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI</p> <p>ACQUISIRE ED INTERPRETARE L'INFORMAZIONE</p>		<p>prestazione motoria e sportiva</p> <p>e) Proporre soluzioni in ambito motorio e sportivo utilizzando le conoscenze relative alle varie discipline.</p> <p>a) Trasferire e ricostruire autonomamente tecniche e abilità nei vari contesti, individuando collegamenti e relazioni tra fenomeni, circostanze e concetti diversi appartenenti a diversi ambiti disciplinari.</p> <p>a) Padroneggiare l'atteggiamento e l'intenzionalità motoria; interpretare il lessico specifico della disciplina. Riconoscere il codice gestuale (arbitraggio, giuria etc)</p> <p>b) Discriminare le informazioni spaziali, temporali e corporee per il controllo del movimento, valutando criticamente le proprie prestazioni.</p>
<p>COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI</p>	<p>Implica la comprensione e il rispetto delle idee e dei significati espressi creativamente e comunicati in diverse culture e tramite tutta una serie di arti e altre forme culturali. Presuppone l'impegno di capire, sviluppare ed esprimere le proprie idee e il senso del proprio ruolo nella società in una serie di modi e contesti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Esprimersi utilizzando in maniera sicura, corretta, appropriata e originale tutti i linguaggi disciplinari mediante supporti vari. • Ascoltare testi vari riconoscendone le fonti e le • Caratteristiche • Leggere e comprendere testi di varia natura. Sviluppare la dimensione creativa e immaginativa.

***INTEGRAZIONE DEGLI
ALUNNI IN SITUAZIONE DI
DISABILITÀ***

La principale funzione dell'attività motoria consiste nel far emergere nell'alunno capacità, abilità e predisposizioni che lo aiutino a trovare una propria dimensione personale. Le Scienze Motorie intervengono, attraverso le peculiarità della disciplina per favorire la socialità necessaria a sviluppare e mantenere la relazione con i compagni di classe, con cui l'alunno trascorre una buona parte del suo tempo, e per costruire quella rete di relazioni sociali essenziale nella vita di ogni individuo. Obiettivo finale è quindi l'inclusione, attraverso l'identificazione dei bisogni dell'alunno e la predisposizione di strategie didattiche basate sulla personalizzazione degli apprendimenti

***INTEGRAZIONE DEGLI
ALUNNI STRANIERI***

L'attività motoria e sportiva ha caratteristiche disciplinari che promuovono le dinamiche interpersonali di aggregazione, integrazione ed inclusione favorendo e sostenendo i processi di adattamento degli alunni stranieri al nuovo contesto. I valori che si affermano attraverso la pratica motoria scolastica e sportiva mirano al superamento del pregiudizio, al rispetto delle differenze, all'incontro con le altre culture, al superamento delle discriminazioni in genere, alla costruzione di un clima favorevole, in cui tutti possano ritrovarsi e riconoscersi. Le strategie d'inclusione prediligono attività per piccoli gruppi, gare, partite, tornei, arbitraggio; attività in cui è costante la relazione con gli altri, il rispetto di regole, il fair play

INSERIMENTO NELLA DIDATTICA DI NUOVE TECNOLOGIE

L'insegnamento delle Scienze Motorie, oltre all'informazione di tipo verbale e visivo, fa uso delle nuove tecnologie per meglio implementare e diversificare il processo di apprendimento.

La didattica dell'attività motoria con il supporto digitale, viene realizzata attraverso l'uso di filmati e l'utilizzo delle LIM. L'uso delle nuove tecnologie concorre alla costruzione dell'immagine mentale dell'azione, ed è dunque uno strumento insieme ad altri, da considerare per consentire all'allievo di comprendere il compito e rielaborare uno schema di riferimento attraverso un processo di feedback.

STRUMENTI DI OSSERVAZIONE, VERIFICA E VALUTAZIONE DEL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI TRASVERSALI

Per verificare e valutare il raggiungimento degli obiettivi prefissati, il Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive ritiene opportuno far ricorso principalmente all'osservazione sistematica del comportamento degli alunni, all'interno di contesti formali, non formali ed informali. Le prove formative e sommative costituiscono un'opportunità significativa per verificare e valutare il comportamento degli allievi rispetto allo sviluppo delle competenze disciplinari e di cittadinanza. I risultati costituiranno oggetto di confronto periodico tra i docenti

**OBIETTIVI MINIMI DELLA
CONVIVENZA CIVILE**

- Comprendere l'importanza di un corretto stile di vita che utilizzi il movimento e lo sport come mezzo di tutela della salute propria ed altrui.
- Comunicare, organizzarsi e operare in situazioni di gruppo facendo emergere le proprie potenzialità, coinvolgendo i compagni nelle attività svolte per valorizzare le caratteristiche individuali.
- Rispettare l'ambiente (palestra, attrezzi, spogliatoi...).
- Rispettare le regole e le consegne del docente nello svolgimento delle attività
- Partecipare con continuità all'attività motoria
- Dimostrare di saper controllare le proprie emozioni e saper valutare le proprie azioni.

<p>COMPETENZA DIGITALE</p>	<p>Presuppone l'interesse per le tecnologie digitali e il loro utilizzo con dimestichezza e spirito critico e responsabile per apprendere, lavorare e partecipare alla società.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Analizzare l'informazione, ricavata anche dalle più comuni tecnologie della comunicazione. • Conoscere il lessico specifico per accedere a risorse digitali. • Usare le tecnologie informatiche per comunicare e collaborare • Rielaborare testi utilizzando programmi di video scrittura
<p>COMPETENZA IMPRENDITORIALE</p>	<p>Capacità di agire sulla base di idee e opportunità e di trasformarle in valori per gli altri. Si fonda sull'iniziativa e sulla perseveranza, sulla capacità di lavorare in modalità collaborativa al fine di programmare e gestire progetti che hanno un valore culturale e sociale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in maniera completa le conoscenze apprese per ideare e realizzare un prodotto. • Organizzare il materiale in modo razionale e originale.

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DECLINATI PER LA CLASSE PRIMA

- Conoscere il proprio corpo ed i propri mezzi, per una più corretta e razionale utilizzazione degli stessi;
- Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio corporeo-motorio-sportivo, oltre allo specifico della corporeità, delle sue funzioni e del consolidamento e dello sviluppo delle abilità motorie e sportive;
- Acquisire un maggior numero possibile di esperienze motorie (attraverso una varia quantità di informazioni motorie) al fine di trovarsi più preparato e superare eventuali difficoltà;
- Conoscere e capire i fenomeni fisiologici che avvengono durante il movimento, un gioco, attraverso l'apprendimento di un linguaggio specifico prima e motorio dopo;
- Acquisire il senso della socialità per un maggior rispetto di se stesso e degli altri.

COMPETENZE DEL PROFILO DELLO STUDENTE

- *Elabora ed organizza le informazioni propriocettive ed esteroceettive (capacità percettive);*
- *Esprime motivazione intrinseca all'apprendimento motorio ed un adeguato livello di autoefficacia percepita;*
- *Esegue un compito motorio secondo un determinato livello di difficoltà /intensità, durata, varietà esecutiva (rapporti tra abilità motorie, capacità coordinative e condizionali);*
- *E' consapevole del processo compiuto, autovaluta le proprie esperienze ed impara ad apprendere ulteriori abilità motorie e conoscenze (processi metacognitivi);*
- *Interagisce e coopera con gli altri per uno scopo comune (fattori socio-affettivi);*
- *Trasferisce i saperi appresi in contesti differenti della vita di relazione o sportiva.*
- Rispetta le regole condivise e collabora con gli altri per la costruzione del bene comune esprimendo le proprie personali opinioni
- Assimila la necessità del rispetto della convivenza civile.

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE SPECIFICHE
PERCEZIONE DI SÉ E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ MOTORIE <i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i>	L'alunno, attraverso le attività svolte , riuscirà a scoprire ed orientare le proprie attitudini personali nell'ottica del pieno sviluppo delle sue potenzialità psicofisiche. Sarà in grado di sviluppare un'attività motoria complessa adeguata alla maturazione personale. Avrà conoscenza e consapevolezza degli effetti positivi del movimento che avranno come ricaduta l'assunzione di corretti stili comportamentali in qualunque contesto di vita.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVA E ESPRESSIVA	L'alunno sarà in grado di: Rendersi conto che il movimento non è soltanto un gesto meccanico, ma può assumere un valore espressivo, estetico e comunicativo; Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco
LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	L'alunno conoscerà e applicherà le strategie tecnico tattiche dei giochi sportivi; saprà affrontare il confronto agonistico con un' etica corretta, con rispetto delle regole e fair play. Saprà svolgere ruoli di direzione dell' attività sportiva.
SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA E PREVENZIONE	L'alunno assumerà stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute intesa come fattore dinamico, conferendo il giusto valore all' attività fisica e sportiva , anche attraverso la conoscenza dei principi generali di una corretta alimentazione e della sua importanza nell' ambito dell' attività fisica.

UNITÀ DI APPRENDIMENTO N.1
“Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo”

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO PER IL CURRICOLO DELLA CLASSE PRIMA	INDICATORI COMPETENZE	ATTIVITÀ E SCELTE METODOLOGICHE	STRUMENTI
<p>SCOPRIRE LE PROPRIE CAPACITÀ MOTORIE</p> <p>CONSOLIDAMENTO E COORDINAMENTO DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE.</p>	<p>CONOSCENZE Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità: posture, funzioni fisiologiche, capacità motorie (coordinative e condizionali)</p> <p>ABILITA' I. saper compiere movimenti proposti e/o raffigurati, riconoscere i propri orientamenti nello spazio e migliorare le capacità di equilibrio II. migliorare le capacità di resistenza, mobilità articolare, forza muscolare e velocità</p> <p>OBIETTIVI MINIMI</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Scoprire le proprie capacità motorie;</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Essere consapevoli delle variazioni delle prestazioni nelle capacità coordinative e condizionali e cercare di migliorarle; • Consolidamento dell'orientamento spaziale e della lateralità • Elementi spazio-temporali del movimento: percezione spazio (direzioni, distanze,traiettorie); • percezione tempo (durata, successione) organizzazione spazio-tempo (ritmo, velocità) 	<p>La scelta metodologica sarà effettuata cercando di creare le condizioni migliori di Apprendimento degli alunni. Affinché ciò possa realizzarsi è necessario che: L'alunno abbia sempre ben chiaro qual è l'obbiettivo che si sta perseguendo. Ogni lezione sarà sempre preceduta ed arricchita, in itinere, da spiegazioni ed esempi Le situazioni di lavoro proposte dovranno essere tali da permettere all'allievo di sperimentare varie soluzioni per poter poi scegliere quella più adatta.</p> <p>Attraverso:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Esercitazioni sottoforma di giochi e circuiti per il miglioramento delle capacità coordinative con l'uso di piccoli attrezzi; • Esercitazioni sottoforma di giochi, a coppie e in circuiti per il miglioramento delle capacità condizionali; Giochi con l'uso della palla <p>L'alunno sarà in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> • saper riconoscere e controllare il movimento degli arti in ogni situazione. • utilizzare in modo corretto la coordinazione • saper controllare le funzioni vitali e dosare lo sforzo fisico • Riconoscere e valutare traiettorie, 	<p>Esercitazioni Pratiche e Teoriche Libro di testo e non Schede predisposte Computer Lim</p>

TEMPI				
I QUADRIMESTRE				
MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI				
VERIFICHE			CRITERI DI VALUTAZIONE	
<p>Le verifiche svolte prevalentemente tramite prove pratiche sia individuali che di gruppo o personalizzate se opportuno, sono riferite agli obiettivi analizzati in termini di prestazioni e osservazioni.</p> <p>Si adottano le seguenti modalità:</p> <ul style="list-style-type: none"> - verifiche oggettive con misurazione della prestazione - verifiche scritte/colloqui delle conoscenze acquisite 			<ul style="list-style-type: none"> - osservazioni sistematiche dell'alunno durante lo svolgimento delle lezioni (osservazione dei comportamenti cognitivi, operativi e relazionali) - osservazione sull'acquisizione e applicazione delle tecniche e delle regole in riferimento al livello di partenza - osservazione dei risultati quotidiani al fine di valutare l'interesse, l'impegno, l'attenzione, la collaborazione, il livello di socializzazione, la capacità di elaborazione personale. 	

UNITÀ DI APPRENDIMENTO N.2
“Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa e espressiva”

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO PER IL CURRICOLO DELLA CLASSE PRIMA	INDICATORI COMPETENZE	ATTIVITÀ E SCELTE METODOLOGICHE	STRUMENTI
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COMUNICARE CON IL CORPO	CONOSCENZE: <ul style="list-style-type: none"> Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d’animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie e in gruppo ABILITA’ <ul style="list-style-type: none"> Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all’applicazione del regolamento di gioco 	<ul style="list-style-type: none"> Rendersi conto che il movimento non è soltanto un gesto meccanico, ma può assumere un valore espressivo, estetico e comunicativo; Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all’applicazione del regolamento di gioco 	La scelta metodologica sarà effettuata cercando di creare le condizioni migliori di Apprendimento degli alunni. Affinché ciò possa realizzarsi è necessario che: L’alunno abbia sempre ben chiaro qual è l’obiettivo che si sta perseguendo. Ogni lezione sarà sempre preceduta ed arricchita, in itinere, da spiegazioni ed esempi Attraverso: <ul style="list-style-type: none"> Esercitazioni pratiche di mimo e danze con l’uso di basi musicali; Giochi con l’uso di piccoli attrezzi L’alunno sarà in grado di: <ul style="list-style-type: none"> Rendersi conto che il movimento non è soltanto un gesto meccanico, ma può assumere un valore espressivo, estetico e comunicativo; 	Esercitazioni Pratiche (anche con l’uso di basi musicali) e Teoriche Libro di testo e non Schede predisposte Computer Lim
TEMPI				
I QUADRIMESTRE	OBIETTIVI MINIMI <i>Saper mimare un personaggio</i>			

MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI				
VERIFICHE		CRITERI DI VALUTAZIONE		
<p>Le verifiche svolte prevalentemente tramite prove pratiche sia individuali che di gruppo o personalizzate se opportuno, sono riferite agli obiettivi analizzati in termini di prestazioni e osservazioni. Si adottano le seguenti modalità:</p> <ul style="list-style-type: none"> - verifiche oggettive con misurazione della prestazione - verifiche scritte/colloqui delle conoscenze acquisite 		<ul style="list-style-type: none"> - osservazioni sistematiche dell'alunno durante lo svolgimento delle lezioni (osservazione dei comportamenti cognitivi, operativi e relazionali) - osservazione sull'acquisizione e applicazione delle tecniche e delle regole in riferimento al livello di partenza - osservazione dei risultati quotidiani al fine di valutare l'interesse, l'impegno, l'attenzione, la collaborazione, il livello di socializzazione, la capacità di elaborazione personale. 		
UNITÀ DI APPRENDIMENTO N.3 "Il gioco, lo sport, le regole e il fair play"				
NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO PER IL CURRICOLO DELLA CLASSE PRIMA	INDICATORI COMPETENZE	ATTIVITÀ E SCELTE METODOLOGICHE	STRUMENTI
<p>LE ATTIVITA' SPORTIVE</p> <p>DAL GIOCO ALLO SPORT</p>	<p>CONOSCENZE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e applicare le regole dei giochi di squadra e quelle stabilite dal gruppo <p>ABILITA'</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saper controllare le proprie emozioni e aggressività • Saper collaborare con i compagni • Acquisire le conoscenze tecniche negli sport di squadra e le regole nell'arbitraggio <p>OBIETTIVI MINIMI</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Conoscere e praticare le regole dei giochi sportivi di squadra;</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e applicare le regole stabilite dal gruppo • Saper controllare le proprie emozioni e aggressività • Saper collaborare con i compagni • Acquisire le conoscenze tecniche negli sport di squadra e le regole nell'arbitraggio. 	<p>La scelta metodologica sarà effettuata cercando di creare le condizioni migliori di Apprendimento degli alunni. Affinché ciò possa realizzarsi è necessario che: L'alunno abbia sempre ben chiaro qual è l'obbiettivo che si sta perseguendo. Ogni lezione sarà sempre preceduta ed arricchita, in itinere, da spiegazioni ed esempi Attraverso::</p> <ul style="list-style-type: none"> • Esercitazioni pratiche a coppie e in gruppi-squadre sui vari giochi tradizionali, 	<p>Esercitazioni Pratiche e Teoriche</p> <p>Libro di testo e non</p> <p>Schede predisposte</p> <p>Computer</p> <p>Lim</p>
TEMPI				

II QUADRIMESTRE			<p>con regole applicate agli sport scolastici,</p> <ul style="list-style-type: none"> • Giochi di sportivi di squadra: Mini-Basket Mini-Volley Calcio a 5 Mini-Pallamano Tennis Tavolo Gesti tecnici di Atletica Leggera <p>L'alunno sarà in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valore del confronto e della competizione nell'attività sportiva • Conoscenza e rispetto delle regole anche nell'arbitraggio nella pratica ludico-sportiva • Conoscenza e utilizzo di comportamenti adeguati e sicuri durante la pratica ludico-sportiva • Prendere coscienza delle proprie capacità e limiti rispetto alle singole discipline • Stimolare la creatività nel gioco e nei giochi sportivi 	
------------------------	--	--	--	--

MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI

VERIFICHE	CRITERI DI VALUTAZIONE
<p>Le verifiche svolte prevalentemente tramite prove pratiche sia individuali che di gruppo o personalizzate se opportuno, sono riferite agli obiettivi analizzati in termini di prestazioni e osservazioni. Si adottano le seguenti modalità:</p> <ul style="list-style-type: none"> - verifiche oggettive con misurazione della prestazione - verifiche scritte/colloqui delle conoscenze acquisite 	<ul style="list-style-type: none"> - osservazioni sistematiche dell'alunno durante lo svolgimento delle lezioni (osservazione dei comportamenti cognitivi, operativi e relazionali) - osservazione sull'acquisizione e applicazione delle tecniche e delle regole in riferimento al livello di partenza - osservazione dei risultati quotidiani al fine di valutare l'interesse, l'impegno, l'attenzione, la collaborazione, il livello di socializzazione, la capacità di elaborazione personale.

UNITÀ DI APPRENDIMENTO N.4

“Salute e benessere, prevenzione e sicurezza”

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO PER IL CURRICOLO DELLA CLASSE PRIMA	INDICATORI COMPETENZE	ATTIVITÀ E SCELTE METODOLOGICHE	STRUMENTI
<p>LA FORMAZIONE DELLO SPORTIVO</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">SPERIMENTARE COME CAMBIA IL CORPO IN MOVIMENTO</p>	<p>CONOSCENZE</p> <ul style="list-style-type: none"> Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro <p>ABILITA'</p> <ul style="list-style-type: none"> Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool) <p>OBIETTIVI MINIMI</p> <ul style="list-style-type: none"> Far conoscere il proprio corpo e i propri mezzi, per una più corretta e razionale utilizzazione degli stessi; Sapersi muovere in strada, a piedi e in bicicletta 	<ul style="list-style-type: none"> Sperimentare i cambiamenti del proprio corpo nel passaggio da una situazione di riposo ad una in movimento e approfondire le conoscenze sugli apparati respiratorio e cardiocircolatorio in relazione all'esercizio stesso; Riflessioni sugli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie; Presenza di coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l'autovalutazione delle personali capacità e performance; Riflessioni sull'attività sportiva come valore etico, valore del confronto e della competizione; 	<p>Attraverso:</p> <ul style="list-style-type: none"> Esercitazioni teoriche e pratiche sul funzionamento dei vari sistemi ed apparati del corpo umano in relazione al movimento; Esercitazioni teorico-pratiche sul nuovo codice della strada. Video degli argomenti trattati Primo Soccorso <p>L'alunno sarà in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprendere l'origine degli sport moderni, il valore del confronto e della competizione, l'importanza della collaborazione con i compagni di squadra ed il rispetto delle regole; Saper lavorare in sicurezza; Saper gestire un corretto rapporto di relazione; Saper utilizzare le terminologie specifiche. 	<p>Esercitazioni Pratiche e Teoriche</p> <p>Libro di testo e non</p> <p>Schede predisposte</p> <p>Computer</p> <p>Lim</p>
TEMPI				
II QUADRIMESTRE				

CONTENUTI DISCIPLINARI INTERCLASSE E INTERDISCIPLINARI	MODALITÀ DI RECUPERO E SOSTEGNO	MODALITÀ DI POTENZIAMENTO ED APPROFONDIMENTO	VALORIZZAZIONE DELLE ECCELLENZE	ATTIVITÀ INTEGRATIVE ED AGGIUNTIVE
<p>Modulo n.1 : ACCOGLIENZA. TEST D'INGRESSO</p> <p>Modulo n.2 : SALUTE, BENESSERE SICUREZZA E PREVENZIONE</p> <p>Modulo n.3 : QUALITÀ MOTORIE</p> <p>Modulo n.4 : SPORT INDIVIDUALI E DI SQUADRA</p> <p>Modulo n.5 :SPORT E NATURA</p> <p>Modulo n. 6 : CENNI DI EDUCAZIONE STRADALE</p>	<p><i>Durante le ore curriculari, a piccoli gruppi eterogenei, sulle singole capacità da recuperare Modalità di potenziamento ed approfondimento</i></p>	<p>La pratica sportiva sarà occasione di approfondimento e potenziamento delle abilità motorie. Anche le uscite didattiche in ambiente naturale e con finalità motorie contribuiranno allo scopo.</p>	<p>Competizioni e gare tra alunni di classi diverse e tra istituti allo scopo di far emergere e valorizzare le eccellenze.</p>	<p>Tornei tra le classi; partecipazione ai Campionati sportivi studenteschi, manifestazioni sportive.</p>

MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI	
VERIFICHE	CRITERI DI VALUTAZIONE
<p>Le verifiche svolte prevalentemente tramite prove pratiche sia individuali che di gruppo o personalizzate se opportuno, sono riferite agli obiettivi analizzati in termini di prestazioni e osservazioni.</p> <p>Si adottano le seguenti modalità:</p> <ul style="list-style-type: none"> - verifiche oggettive con misurazione della prestazione - verifiche scritte/colloqui delle conoscenze acquisite 	<ul style="list-style-type: none"> - osservazioni sistematiche dell'alunno durante lo svolgimento delle lezioni (osservazione dei comportamenti cognitivi, operativi e relazionali) - osservazione sull'acquisizione e applicazione delle tecniche e delle regole in riferimento al livello di partenza - osservazione dei risultati quotidiani al fine di valutare l'interesse, l'impegno, l'attenzione, la collaborazione, il livello di socializzazione, la capacità di elaborazione personale.
VALUTAZIONE NARRATIVA	
<p>Per quanto concerne la valutazione si rimanda alla sezione relativa del PTOF</p> <p>DIDATTICA INTEGRATA</p> <p>L'emergenza sanitaria ha comportato l'adozione di provvedimenti quali la didattica integrata . Essa intesa come metodologia innovativa di insegnamento e apprendimento, rivolta a tutti gli studenti come modalità didattica complementare che integra la tradizionale esperienza di Scuola in trasposizione di quanto solitamente viene svolto in presenza.</p> <p>La didattica digitale integrata sarà realizzata operando un equilibrato bilanciamento tra attività sincrona e asincrona servendosi della piattaforma G-Suite, di spazi di archiviazione , del registro per la comunicazione , e gestione delle lezioni e delle altre attività , al fine di semplificare la fruizione delle lezioni medesime nonché il reperimento dei materiali, anche il vantaggio di quegli alunni che hanno maggiori difficoltà</p>	

N.B. GLI ALUNNI STRANIERI NORMODOTATI SEGUIRANNO TUTTE LE ATTIVITA' DELLA CLASSE

OBIETTIVI MINIMI

CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE
Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini e potenzialità. Conoscere le regole fondamentali del gioco della pallavolo	Saper eseguire in modo corretto ed essenziale esercizi o fondamentali di gioco.	Eseguire i gesti tecnici in situazione di gioco semplificato, rispettando le regole, ricoprendo ruoli diversi e riconoscendo il valore della competizione.

ESEMPIO DI UN TEST D'INGRESSO

Gimkana di primo livello

Obiettivo: Valutazione della coordinazione generale e della preparazione fisica generale.

- 1) Prima corsia: Partenza e slalom tra i coni.
- 2) Seconda corsia: Balzi a zig zag in avanzamento e passaggio sotto l'ostacolo
- 3) Terza corsia: superamento libero dell'ostacolo basso; andatura in quadrupedia (klapp) decubitosupino
- 4) Quarta corsia: Skip tra le strisce di nastro adesivo; balzi a piè pari sui 5 metri
- 5) Quinta corsia: Corsa a navetta sui 5 metri

La valutazione terrà conto del tempo di esecuzione.

Sono previste penalità in caso di errore secondo la scheda di seguito allegata

Classe 1sez. Cognome	1 corsia Cono saltato Penalità 1"	2 corsia Tocco linea Penalità 1"	2 corsia Ost.alto non sup. Penalità 2'	3 corsia Klapp rinuncia Penalità 5"	4 corsia Balzi a piè pari non corretto Penalità 2"	5 corsia Corsa a navetta senza sup.cono Penalità 1"	Totale Penalità	Tempo impiegato	Totale	Griglia Valutaz.

Indicatori Descrittori	Conoscenze teoriche	Abilità motorie	Competenze motorie	Impegno e partecipazione
Voto: 0-4 Gravemente insufficiente	Dimostra conoscenze lacunose e confuse	Realizza con difficoltà semplici richieste motorie	Incerta l'applicazione di tecnica e tattiche elementari	Scarso impegno e partecipazione
Voto 5 INIZIALE	Dimostra conoscenze settoriali	Utilizza gli schemi motori di base in modo meccanico	Modesta l'applicazione di tattica e tecnica elementare	Superficiale ed incostante impegno e partecipazione

Voto 6 BASE	Dimostra conoscenze accettabili e non approfondite	Utilizza gli schemi motori in maniera appropriata	Applica una tecnica adeguata in condizioni tattiche elementari e ripetitive	Sufficiente l'impegno e la partecipazione
Voto 7 INTERMEDIO	Dimostra un discreto livello di conoscenza	Utilizza schemi motori complessi in modo abbastanza sicuro e con disinvoltura	Esprime un discreto livello tecnico operativo, proponendo schemi tattici poco elaborati.	Discreto l'impegno e la partecipazione
Voto 8 INTERMEDIO	Dimostra un buon livello di conoscenza	Utilizza schemi motori complessi in modo sicuro e con disinvoltura motoria	Esprime un buon livello tecnico operativo, proponendo schemi tattici elaborati	Buoni e costante l'impegno e la partecipazione

Voto 9-10 AVANZATO	Dimostra conoscenze complete, dinamiche ed approfondite. E' in grado di effettuare collegamenti	Realizza ed utilizza abilità motorie in modo personale, produttivo ed autonomo.	Applica la tecnica acquisita in modo preciso, tatticamente efficace e personale	Ottimo l'impegno e la partecipazione
-------------------------------------	---	---	---	--------------------------------------