

**UNITA' FORMATIVA ED. FISICA** SCUOLA SECONDARIA – CLASSE PRIMA

**Competenza chiave: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE.**

**AREA DISCIPLINARE: LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA**

**ED.FISICA**

**DAL PROFILO DELLE COMPETENZE**  
(Certificazione classe terza scuola secondaria)

*In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime in ambiti motori, artistici e musicali che gli sono congeniali.*

*Usa con consapevolezza le tecnologie della comunicazione per ricercare e analizzare dati ed informazioni, per distinguere informazioni attendibili da quelle che necessitano di approfondimento, di controllo e di verifica e per interagire con soggetti diversi nel mondo.*

*Si orienta nello spazio e nel tempo dando espressione a curiosità e ricerca di senso; osserva ed interpreta ambienti, fatti, fenomeni e produzioni artistiche.*

*Possiede un patrimonio organico di conoscenze e nozioni di base ed è allo stesso tempo capace di ricercare e di procurarsi velocemente nuove informazioni ed impegnarsi in nuovi apprendimenti anche in modo autonomo.*

*Utilizza gli strumenti di conoscenza per comprendere se stesso e gli altri, per riconoscere ed apprezzare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose, in un'ottica di dialogo e di rispetto reciproco. Interpreta i sistemi simbolici e culturali della società.*

*Dimostra originalità e spirito di iniziativa. Si assume le proprie responsabilità, chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.*

*Ha consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti. Orienta le proprie scelte in modo consapevole. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato da solo o insieme ad altri..*

*Rispetta le regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune esprimendo le proprie personali opinioni e sensibilità.*

*Ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita. Assimila il senso e la necessità del rispetto della convivenza civile. Ha attenzione per le funzioni pubbliche alle quali partecipa nelle diverse forme in cui questo può avvenire: momenti educativi informali e non formali, esposizione pubblica del proprio lavoro, occasioni rituali nelle comunità che frequenta, azioni di solidarietà, manifestazioni sportive non agonistiche, volontariato, ecc*

**TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DISCIPLINARI:**

L'alunno...

*mf* è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.

*mf* Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.

*mf* Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre,

	<p>attivamente i valori sportivi (<i>fair play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p><i>mf</i> Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p><i>mf</i> Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p><i>mf</i> È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune</p>	
<b>NUCLEI FONDANTI</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>
1.	<p><i>mf</i> Le parti del copro.</p> <p><i>mf</i> Test motori.</p> <p><i>mf</i> Raggiungimento di un obiettivo.</p> <p><i>mf</i> Schemi motori di base.</p> <p><i>mf</i> Controllo del corpo in modalità di staticità e di dinamicità.</p> <p><i>mf</i> La lateralizzazione.</p> <p><i>mf</i> Gestione dello spazio a disposizione.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conoscere le parti del proprio corpo.</li> <li>▪ Iniziare a conoscere le proprie possibilità di movimento attraverso la misurazione delle capacità condizionali con test motori.</li> <li>▪ Imparare a comprendere il significato di impegno per raggiungere un obiettivo o un traguardo.</li> <li>▪ Consolidare gli schemi motori di base.</li> <li>▪ Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico.</li> <li>▪ Consolidare la lateralità.</li> <li>▪ Gestire lo spazio e il tempo di un'azione rispetto a se stesso, ad un oggetto, ad un compagno.</li> </ul>
2.	<p><i>mf</i> La mimica.</p> <p><i>mf</i> Il ritmo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimica.</li> <li>▪ Eseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici specifici</li> </ul>
3.	<p><i>mf</i> Elementi tecnici delle discipline sportive.</p> <p><i>mf</i> Risoluzione di problemi motori.</p> <p><i>mf</i> Partecipazione ai giochi.</p> <p><i>mf</i> Le regole dei giochi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline sportive.</li> <li>▪ Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori.</li> <li>▪ Partecipare attivamente ai giochi di movimento.</li> <li>▪ Accogliere nella propria squadra tutti i compagni.</li> <li>▪ Rispettare le regole delle discipline sportive praticate.</li> </ul>
4.	<p><i>mf</i> Utilizzo degli spazi e degli attrezzi a disposizione per il movimento.</p> <p><i>mf</i> Le norme d'igiene personale.</p> <p><i>mf</i> Il movimento e lo stile di vita.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri.</li> <li>▪ Conoscere le principali norme d'igiene: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ abbigliamento adeguato e adeguati comportamenti.</li> </ul> </li> <li>▪ Capire l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita.</li> </ul>
	<b>SAPERI IRRINUNCIABILI AL TERMINE DELLA CLASSE PRIMA</b>	
1.	<p><i>mf</i> I segmenti del corpo e i movimenti specifici.</p> <p><i>mf</i> Le posizioni fondamentali.</p> <p><i>mf</i> Gli schemi motori semplici.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare schemi motori di base.</li> <li>▪ Eseguire semplici combinazioni di movimento.</li> </ul>

	<i>mf</i> Schemi motori combinati. <i>mf</i> Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di informazioni. <i>mf</i> Orientamento spaziale. <i>mf</i> Le andature e lo spazio disponibile. <i>mf</i> La direzione, la lateralità. <i>mf</i> La destra e la sinistra.		
2.	<i>mf</i> La postura e la comunicazione.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare in varie modalità i piccoli attrezzi.</li> <li>▪ Utilizzare e saper mettere in atto, anche se non perfettamente, le corrette abilità motorie.</li> </ul>	
3.	<i>mf</i> Le discipline sportive. <i>mf</i> La gestualità tecnica. <i>mf</i> Il valore e le regole dello sport. <i>mf</i> Il gruppo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Partecipare ad ogni tipologia di gioco-sport, rispettando le regole e accettando i vari ruoli proposti.</li> </ul>	
4.	<i>mf</i> Comportamenti consoni alle situazioni. <i>mf</i> L'igiene del corpo. <i>mf</i> Regole alimentari e di movimento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare i vari attrezzi in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni.</li> <li>▪ Acquisire la consapevolezza di quali sono i comportamenti che portano ad un benessere psico-fisico.</li> </ul>	
<b>PROGRAMMAZIONE DIDATTICA</b>			
<b>CONTENUTI DISCIPLINARI</b> (da programmare per classi parallele)			
<b>SETTEMBRE DAL 15/09/ AL 30/09/2016</b> (Prove d'ingresso e/o unità di transizione)			
<b>DAL 1/10 AL 15/11 2016</b>	<b>DAL 01/12 /2016 AL 20/01/2017</b>	<b>DAL 01/02/ AL 15/04/2017</b>	<b>DAL 01/04 AL 30/04/2017</b>
<b>MAGGIO DAL 01/05 AL 20/05/2017</b>			
<b>Unità di transizione e/o unità di consolidamento</b>			
<b>VERIFICHE</b>			

DAL 16/11 AL 30/11 2016 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 20/01/2017 AL 31/01/2017 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 15/03 AL 31/03/2017 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 20/05 AL 31/05/2017 <b>PROVA DI COMPETENZA INTERDISCIPLINARE FINALE</b>
--	---	--	--

Rubrica valutativa						
DIMENSIONI DI COMPETENZA (quali aspetti considero?)	CRITERI (Cosa valuto?)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	LIVELLO NON RAGGIUNTO 5	LIVELLO / RAGGIUNTO BASE 6 / 7	LIVELLO FUNZIONALE/ PIENAMENTE RAGGIUNTO 8 / 9	LIVELLO ECCELLENTE 10
<i>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</i>						
<i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</i>						
<i>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</i>						

<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>						
--	--	--	--	--	--	--

**UNITA' FORMATIVA ED. FISICA** SCUOLA SECONDARIA – CLASSE SECONDA

**Competenza chiave: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE.**

**AREA DISCIPLINARE: LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA**

**ED. FISICA**

**DAL PROFILO DELLE COMPETENZE**  
(Certificazione classe terza scuola secondaria)

*In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime in ambiti motori, artistici e musicali che gli sono congeniali.*

*Usa con consapevolezza le tecnologie della comunicazione per ricercare e analizzare dati ed informazioni, per distinguere informazioni attendibili da quelle che necessitano di approfondimento, di controllo e di verifica e per interagire con soggetti diversi nel mondo.*

*Si orienta nello spazio e nel tempo dando espressione a curiosità e ricerca di senso; osserva ed interpreta ambienti, fatti, fenomeni e produzioni artistiche.*

*Possiede un patrimonio organico di conoscenze e nozioni di base ed è allo stesso tempo capace di ricercare e di procurarsi velocemente nuove informazioni ed impegnarsi in nuovi apprendimenti anche in modo autonomo.*

*Utilizza gli strumenti di conoscenza per comprendere se stesso e gli altri, per riconoscere ed apprezzare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose, in un'ottica di dialogo e di rispetto reciproco. Interpreta i sistemi simbolici e culturali della società.*

*Dimostra originalità e spirito di iniziativa. Si assume le proprie responsabilità, chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.*

*Ha consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti. Orienta le proprie scelte in modo consapevole. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato da solo o insieme ad altri..*

*Rispetta le regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune esprimendo le proprie personali opinioni e sensibilità.*

*Ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita. Assimila il senso e la necessità del rispetto della convivenza civile. Ha attenzione per le funzioni pubbliche alle quali partecipa nelle diverse forme in cui questo può avvenire: momenti educativi informali e non formali, esposizione pubblica del proprio lavoro, occasioni rituali nelle comunità che frequenta, azioni di solidarietà, manifestazioni sportive non agonistiche, volontariato, ecc*

**TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DISCIPLINARI:**

L'alunno...

*mf* è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.

*mf* Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.

*mf* Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre,

	<p>attivamente i valori sportivi (<i>fair play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p><i>mf</i> Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p><i>mf</i> Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p><i>mf</i> È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune</p>	
<b>NUCLEI FONDANTI</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>
1.	<p><i>mf</i> Le parti del copro.</p> <p><i>mf</i> Test motori.</p> <p><i>mf</i> Principi di allenamento.</p> <p><i>mf</i> Schemi motori di base.</p> <p><i>mf</i> Controllo del corpo in modalità di staticità e di dinamicità.</p> <p><i>mf</i> La lateralizzazione.</p> <p><i>mf</i> Gestione dello spazio e del tempo a disposizione.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Consolidare e approfondire le proprie possibilità di movimento.</li> <li>▪ Valutare i propri movimenti attraverso test motori.</li> <li>▪ Imparare a sperimentare i più facili principi di allenamento delle capacità motorie condizionali.</li> <li>▪ Potenziare gli schemi motori di base.</li> <li>▪ Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico.</li> <li>▪ Consolidare la lateralità.</li> <li>▪ Gestire lo spazio e il tempo di un'azione rispetto al gruppo.</li> </ul>
2.	<p><i>mf</i> La mimica.</p> <p><i>mf</i> Il ritmo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimica.</li> <li>▪ Eseguire movimenti da semplici a più complessi seguendo tempi ritmici diversi.</li> </ul>
3.	<p><i>mf</i> Elementi tecnici delle discipline sportive.</p> <p><i>mf</i> Risoluzione di problemi motori.</p> <p><i>mf</i> Partecipazione ai giochi.</p> <p><i>mf</i> Le regole dei giochi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conoscere ed applicare i principali elementi tecnici di diverse discipline sportive.</li> <li>▪ scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori.</li> <li>▪ Partecipare attivamente ai giochi pre sportivi e sportivi seguendo le indicazioni del gruppo.</li> <li>▪ Rispettare le regole delle discipline sportive praticate.</li> </ul>
4.	<p><i>mf</i> Utilizzo degli spazi e degli attrezzi a disposizione per il movimento.</p> <p><i>mf</i> Le norme d'igiene personale.</p> <p><i>mf</i> L'alimentazione e la salute.</p> <p><i>mf</i> Il movimento e lo stile di vita.</p> <p><i>mf</i> Norme d'intervento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri.</li> <li>▪ Conoscere le principali norme d'igiene.</li> <li>▪ Conoscere le principali norme corrette di alimentazione.</li> <li>▪ Conoscere le più semplici norme d'intervento nei più banali incidenti di carattere motorio.</li> <li>▪ Conoscere l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita.</li> </ul>
	<b>SAPERI IRRINUNCIABILI AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA</b>	
1.	<p><i>mf</i> Le parti del corpo: le funzioni fisiologiche e la respirazione.</p> <p><i>mf</i> Le posizioni fondamentali.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare schemi motori di base.</li> </ul>

	<p><i>mf</i> Gli schemi motori semplici.</p> <p><i>mf</i> Schemi motori combinati.</p> <p><i>mf</i> Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di informazioni.</p> <p><i>mf</i> Orientamento spaziale.</p> <p><i>mf</i> Le andature e lo spazio disponibile.</p> <p><i>mf</i> Le variabili spazio/temporali.</p> <p><i>mf</i> La direzione, la lateralità.</p> <p><i>mf</i> La destra e la sinistra.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sapere utilizzare schemi posturali.</li> <li>▪ Eseguire semplici combinazioni di movimento.</li> <li>▪ Utilizzare e saper mettere in atto, le corrette abilità motorie.</li> </ul>	
2.	<p><i>mf</i> Comunicazione di idee e stati d'animo attraverso la postura.</p> <p><i>mf</i> Il mimo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare in varie modalità i piccoli attrezzi.</li> <li>▪ Saper proporre alcune novità o modifiche a qualche attività.</li> </ul>	
3.	<p><i>mf</i> Le discipline sportive.</p> <p><i>mf</i> La gestualità tecnica.</p> <p><i>mf</i> Il valore e le regole dello sport.</p> <p><i>mf</i> I giochi della tradizione popolare.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Partecipare ad ogni tipologia di gioco-sport, rispettando le regole e accettando i vari ruoli proposti.</li> <li>▪ Utilizzare i vari attrezzi in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni</li> <li>▪ Utilizzare i vari attrezzi in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni.</li> </ul>	
4.	<p><i>mf</i> Comportamenti consoni alle situazioni.</p> <p><i>mf</i> L'igiene del corpo.</p> <p><i>mf</i> Regole alimentari e di movimento.</p> <p><i>mf</i> Rapporto movimento salute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Acquisire la consapevolezza di quali sono i comportamenti che portano ad un benessere psico-fisico.</li> </ul>	
<b>PROGRAMMAZIONE DIDATTICA</b>			
CONTENUTI DISCIPLINARI (da programmare per classi parallele)			
<b>SETTEMBRE DAL 15/09/ AL 30/09/2016</b> (Prove d'ingresso e/o unità di transizione)			
<b>DAL 1/10 AL 15/11 2016</b>	<b>DAL 01/12 /2016 AL 20/01/2017</b>	<b>DAL 01/02/ AL 15/04/2017</b>	<b>DAL 01/04 AL 30/04/2017</b>
<b>MAGGIO DAL 01/05 AL 20/05/2017</b>			
<b>Unità di transizione e/o unità di consolidamento</b>			

**VERIFICHE**

DAL 16/11 AL 30/11 2016 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 20/01/2017 AL 31/01/2017 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 15/03 AL 31/03/2017 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 20/05 AL 31/05/2017  <b>PROVA DI COMPETENZA                  INTERDISCIPLINARE FINALE</b>
--	---	--	---

Rubrica valutativa

DIMENSIONI DI COMPETENZA (quali aspetti considero ?)	CRITERI (Cosa valuto?)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	LIVELLO NON RAGGIUNTO 5	LIVELLO / RAGGIUNTO BASE 6 / 7	LIVELLO FUNZIONALE/ PIENAMENTE RAGGIUNTO 8 / 9	LIVELLO ECCELLENTE 10
<i>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</i>						
<i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</i>						
<i>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</i>						

<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>						
--	--	--	--	--	--	--

**UNITA' FORMATIVA ED. FISICA** SCUOLA SECONDARIA – CLASSE TERZA

**Competenza chiave: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE.**

<b>AREA DISCIPLINARE: LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA</b>	<b>ED. FISICA</b>
<p style="text-align: center;"><b>DAL PROFILO DELLE COMPETENZE</b></p> <p>(Certificazione classe terza scuola secondaria)</p>	<p><i>In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime in ambiti motori, artistici e musicali che gli sono congeniali.</i></p>
	<p><i>Usa con consapevolezza le tecnologie della comunicazione per ricercare e analizzare dati ed informazioni, per distinguere informazioni attendibili da quelle che necessitano di approfondimento, di controllo e di verifica e per interagire con soggetti diversi nel mondo.</i></p> <p><i>Si orienta nello spazio e nel tempo dando espressione a curiosità e ricerca di senso; osserva ed interpreta ambienti, fatti, fenomeni e produzioni artistiche.</i></p> <p><i>Possiede un patrimonio organico di conoscenze e nozioni di base ed è allo stesso tempo capace di ricercare e di procurarsi velocemente nuove informazioni ed impegnarsi in nuovi apprendimenti anche in modo autonomo.</i></p> <p><i>Utilizza gli strumenti di conoscenza per comprendere se stesso e gli altri, per riconoscere ed apprezzare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose, in un'ottica di dialogo e di rispetto reciproco. Interpreta i sistemi simbolici e culturali della società.</i></p> <p><i>Dimostra originalità e spirito di iniziativa. Si assume le proprie responsabilità, chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.</i></p> <p><i>Ha consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti. Orienta le proprie scelte in modo consapevole. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato da solo o insieme ad altri..</i></p> <p><i>Rispetta le regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune esprimendo le proprie personali opinioni e sensibilità.</i></p> <p><i>Ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita. Assimila il senso e la necessità del rispetto della convivenza civile. Ha attenzione per le funzioni pubbliche alle quali partecipa nelle diverse forme in cui questo può avvenire: momenti educativi informali e non formali, esposizione pubblica del proprio lavoro, occasioni rituali nelle comunità che frequenta, azioni di solidarietà, manifestazioni sportive non agonistiche, volontariato, ecc</i></p>
<p><b>TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DISCIPLINARI:</b></p>	<p>L'alunno...</p> <p><i>mf</i> è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.</p> <p><i>mf</i> Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p> <p><i>mf</i> Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre,</p>

	<p>attivamente i valori sportivi (<i>fair play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p><i>mf</i> Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p><i>mf</i> Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p><i>mf</i> È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune</p>	
<b>NUCLEI FONDANTI</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>
1.	<p><i>mf</i> Le parti del copro e le capacità condizionali.</p> <p><i>mf</i> Test motori.</p> <p><i>mf</i> Raggiungimento di un obiettivo.</p> <p><i>mf</i> Risoluzione di un problema motorio.</p> <p><i>mf</i> Schemi motori di base.</p> <p><i>mf</i> Controllo del corpo in modalità di staticità e di dinamicità.</p> <p><i>mf</i> La lateralizzazione.</p> <p><i>mf</i> La coordinazione.</p> <p><i>mf</i> Gestione dello spazio a disposizione.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conoscere i principali cambiamenti fisiologici e morfologici e conoscere i principi base dell'allenamento e delle capacità condizionali.</li> <li>▪ Dosare l'impegno motorio al fine di prolungare nel tempo l'attività rispettando le proprie capacità cardiorespiratorie e muscolari.</li> <li>▪ saper interpretare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento del gioco.</li> <li>▪ Potenziare gli schemi motori di base e trasferire le abilità coordinative acquisite in relazione ai gesti tecnici dei vari sport.</li> <li>▪ Applicare schemi motori per risolvere un problema motorio.</li> <li>▪ Gestire in modo soddisfacente le variabili spazio-tempo di un'azione motoria complessa.</li> </ul>
2.	<p><i>mf</i> La mimica.</p> <p><i>mf</i> Il ritmo.</p> <p><i>mf</i> Codifica dei gesti arbitrali.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimica.</li> <li>▪ Eseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici specifici.</li> <li>▪ Codificare i gesti arbitrali in relazione al regolamento dei giochi.</li> <li>▪</li> </ul>
3.	<p><i>mf</i> Elementi tecnici delle discipline sportive.</p> <p><i>mf</i> Conoscenza delle capacità condizionali.</p> <p><i>mf</i> Risoluzione di problemi motori.</p> <p><i>mf</i> Partecipazione ai giochi.</p> <p><i>mf</i> Le regole dei giochi.</p> <p><i>mf</i> Il senso del gruppo e della squadra.</p> <p><i>mf</i> Le variabili spazio temporali.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conoscere e applicare i principali elementi tecnici di diverse discipline sportive.</li> <li>▪ Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni.</li> <li>▪ Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando attivamente con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</li> <li>▪ Conoscere e sviluppare le capacità condizionali.</li> <li>▪ Acquisire sia in forma teorica che pratica il senso di gruppo e di squadra.</li> <li>▪ Utilizzare e correlare le variabili spazio temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</li> </ul>

4.	<p><i>mf</i> Semplici norme di pronto soccorso</p> <p><i>mf</i> Le norme d'igiene personale.</p> <p><i>mf</i> Rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute.</p> <p><i>mf</i> Il movimento e lo stile di vita.</p> <p><i>mf</i> Gli effetti nocivi delle sostanze illecite.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Intervenire con le prime norme di pronto soccorso per le più comuni forme di infortunio che possono verificarsi durante l'attività motoria.</li> <li>▪ Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.</li> <li>▪ Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, sapendo applicare principi metodologici per mantenere un buono stato di salute.</li> <li>▪ Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, sostanze illecite o che inducono dipendenza.</li> </ul>
<b>SAPERI IRRINUNCIABILI AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA</b>		
1.	<p><i>mf</i> Le funzioni fisiologiche del corpo.</p> <p><i>mf</i> Le posizioni fondamentali.</p> <p><i>mf</i> Schemi motori combinati.</p> <p><i>mf</i> Schemi motori in simultanea e in successione.</p> <p><i>mf</i> Traiettorie, distanze e ritmi esecutivi.</p> <p><i>mf</i> Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di informazioni.</p> <p><i>mf</i> Orientamento spaziale.</p> <p><i>mf</i> Le andature e lo spazio disponibile.</p> <p><i>mf</i> Le variabili spazio/temporali.</p> <p><i>mf</i> La direzione, la lateralità.</p> <p><i>mf</i> La destra e la sinistra.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Saper utilizzare abilità motorie.</li> <li>▪ Saper adattare le proprie azioni a situazioni differenti.</li> <li>▪ Saper realizzare movimenti combinati.</li> </ul>
2.	<p><i>mf</i> Comunicazione di contenuti emozionali attraverso la drammatizzazione.</p> <p><i>mf</i> coreografie.</p> <p><i>mf</i> Sequenze di movimento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare, anche se non in modo perfetto, le abilità motorie sportive richieste.</li> </ul>
3.	<p><i>mf</i> Elementi tecnici delle discipline sportive.</p> <p><i>mf</i> La gestualità tecnica.</p> <p><i>mf</i> Il valore e le regole dello sport.</p> <p><i>mf</i> I giochi della tradizione popolare.</p> <p><i>mf</i> Partecipazione ai giochi e rispetto delle regole.</p> <p><i>mf</i> Sviluppo del senso di responsabilità.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Partecipare attivamente ai giochi sportivi proposti, utilizzando le regole correttamente.</li> <li>▪</li> </ul>
4.	<p><i>mf</i> Comportamenti consoni alle situazioni.</p> <p><i>mf</i> L'igiene del corpo.</p> <p><i>mf</i> Regole alimentari e di movimento.</p> <p><i>mf</i> Rapporto movimento salute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Riconoscere i comportamenti dell'agire in sicurezza.</li> <li>▪ Saper riconoscere cibi sani e comportamenti adeguati.</li> </ul>

<b>PROGRAMMAZIONE DIDATTICA</b>			
<b>CONTENUTI DISCIPLINARI</b> (da programmare per classi parallele)			
<b>SETTEMBRE DAL 15/09/ AL 30/09/2016</b> (Prove d'ingresso e/o unità di transizione)			
<b>DAL 1/10 AL 15/11 2016</b>	<b>DAL 01/12 /2016 AL 20/01/2017</b>	<b>DAL 01/02/ AL 15/04/2017</b>	<b>DAL 01/04 AL 30/04/2017</b>
<b>MAGGIO DAL 01/05 AL 20/05/2017</b>  <i>Unità di transizione e/o unità di consolidamento</i>			
<b>VERIFICHE</b>			
DAL 16/11 AL 30/11 2016 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 20/01/2017 AL 31/01/2017 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 15/03 AL 31/03/2017 Verifica e valutazione degli apprendimenti bimestrali	DAL 20/05 AL 31/05/2017  <b>PROVA DI COMPETENZA INTERDISCIPLINARE FINALE</b>

Rubrica valutativa

<b>DIMENSIONI DI COMPETENZA</b> (quali aspetti considero ?)	<b>CRITERI</b> (Cosa valuto?)	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>LIVELLO NON RAGGIUNTO</b> 5	<b>LIVELLO / RAGGIUNTO BASE</b> 6 / 7	<b>LIVELLO FUNZIONALE/ PIENAMENTE RAGGIUNTO</b> 8 / 9	<b>LIVELLO ECCELLENTE</b> 10
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>						
<b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</b>						
<b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b>						
<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>						

