

SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO CLASSI PRIME SECONDE E TERZE											
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA											
COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: competenza personale, sociale e civica; imparare ad imparare; competenza in materia di cittadinanza; competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali; competenza digitale											
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO IN RELAZIONE ALLE COMPETENZE			DESCRITTORI LIVELLO APPRENDIMENTI/VOTO IN DECIMI						
					INIZIALE		Base	INTERMEDIO		AVANZATO	
		CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III	4	5	6	7	8	9	10
<p>Lo studente è consapevole delle proprie competenze motorie comprendendo sia i propri punti di forza sia i propri limiti</p> <p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in movimento in situazione</p>	<p>IL MOVIMENTO DEL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p>	<p>Apprendimenti</p> <ul style="list-style-type: none">•Consolidare gli schemi motori di base•Consolidare la lateralità•Gestire lo spazio e il tempo di un’azione rispetto a se stesso, ad un oggetto, ad un compagno <p>Abilità</p> <ul style="list-style-type: none">•Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e su gli altri•Utilizzare, controllare e coordinare gli schemi motori di base•Riconoscere ed eseguire esercizi per il miglioramento delle proprie capacità condizionali•Conoscere le capacità coordinative generali e speciali e i metodi di miglioramento	<p>Apprendimenti</p> <ul style="list-style-type: none">•Potenziare gli schemi motori di base•Potenziare la lateralità•Gestire spazi e tempi di un’azione rispetto al gruppo <p>Abilità</p> <ul style="list-style-type: none">•Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e su gli altri•Utilizzare, controllare e coordinare gli schemi motori e posturali•Riconoscere ed eseguire esercizi per il miglioramento delle proprie capacità condizionali•Eseguire composizioni e/o progressioni motorie usando ampia gamma di codici espressivi	<p>Apprendimenti</p> <ul style="list-style-type: none">•Potenziare gli schemi motori di base e trasferire le abilità coordinative acquisite in relazione ai gesti tecnici dei vari sport•Applicare schemi motori per risolvere un problema motorio•Gestire in modo soddisfacente le variabili spazio-tempo di un’azione motorie complessa <p>Abilità</p> <ul style="list-style-type: none">•Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e su gli altri•Utilizzare, controllare e coordinare gli schemi motori e posturali•Riconoscere ed eseguire esercizi per il miglioramento delle proprie capacità coordinative e condizionali•Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni e regole funzionali alla sicurezza	Non riesce a controllare semplici azioni	Controllo solo parzialmente azioni motorie combinate in situazioni semplici	Controllo azioni motorie combinate in situazioni semplici	Coordina azioni, schemi motori gestiti tecnici con discreto autocontrollo	Controllo azioni combinate in situazioni complesse	Coordina azioni, schemi motori, gesti tecnici, attrezzi, con buon autocontrollo e destrezza	Padroneggia movimenti complessi con risposte personali, in base alle varie situazioni

SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO CLASSI PRIME SECONDE E TERZE											
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA											
COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: competenza personale, sociale e civica; imparare ad imparare; competenza in materia di cittadinanza; competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali; competenza digitale											
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO IN RELAZIONE ALLE COMPETENZE			DESCRITTORI LIVELLO APPRENDIMENTI/VOTO IN DECIMI						
					INIZIALE		Base	INTERMEDIO		AVANZATO	
		CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III	4	5	6	7	8	9	10
Lo studente riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a uno stile di vita sano volto alla prevenzione	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Apprendimenti <ul style="list-style-type: none">Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di diverse disciplineScegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motoriPartecipare attivamente ai giochi di movimentoPartecipare attivamente ai giochi presportivi e sportivi seguendo le indicazioni del gruppoAccogliere nella propria squadra tutti i compagniRispettare le regole delle discipline sportive praticate Abilità <ul style="list-style-type: none">Conoscere ed applicare degli elementi tecnici e regolamentari di alcuni sport realizzabili a scuolaRispettare le regole dei giochi sportivi praticati comprendendone e favorendone il valore favorendo sentimenti di rispetto e cooperazioneLavorare nel gruppo condividendo e rispettando le regoleSvolgere funzione di giuria ed arbitraggio	Apprendimenti <ul style="list-style-type: none">Conoscere e applicare gli elementi tecnici più complessi di diverse disciplineScegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motoriPartecipare attivamente ai giochi di movimentoPartecipare attivamente ai giochi presportivi e sportivi seguendo le indicazioni del gruppoAccogliere nella propria squadra tutti i compagniRispettare le regole delle discipline sportive praticateAbilità:<ul style="list-style-type: none">Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o giudiceRispettare le regole dei giochi sportivi praticati comprendendone e favorendone il valore favorendo sentimenti di rispetto e cooperazioneLavorare nel gruppo condividendo e rispettando le regoleSa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra	Apprendimenti <ul style="list-style-type: none">Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline sportiveScegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioniPartecipare attivamente ai giochi sportivi e non di responsabilità, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso sportivi seguendo le indicazioni del gruppoAcquisire sia in forma teorica che pratica il concetto di gruppo e di squadraUtilizzare e correlare le variabili spazio temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportivaAbilità:<ul style="list-style-type: none">Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche variantiSaper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadraConoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o giudiceSaper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta	Non conosce le principali regole e le tecniche di base delle discipline sportive, non sempre è in grado di gestire i momenti di conflittualità	Non conosce le principali regole e le tecniche di base delle discipline sportive.	Conosce le principali regole e le tecniche di base delle discipline sportive praticate.	Conosce le regole essenziali di alcune discipline sportive, accetta i diversi ruoli a lui affidati all'interno del gruppo, rispettando le regole stabilite.	Conosce le regole di alcune discipline sportive, rispetta autonomamente le regole, i compagni, le strutture	Conosce le regole e sa applicare le tecniche delle discipline sportive proposte, mostrando fair play.	Conosce le regole e sa applicare con abilità ed efficacia, le tecniche e tattiche delle discipline sportive proposte, mostrando fair play.

SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO CLASSI PRIME SECONDE E TERZE											
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA											
COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: competenza personale, sociale e civica; imparare ad imparare; competenza in materia di cittadinanza; competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali; competenza digitale											
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO IN RELAZIONE ALLE COMPETENZE			DESCRIPTORI LIVELLO APPRENDIMENTI/VOTO IN DECIMI						
					INIZIALE		Base	INTERMEDIO		AVANZATO	
		CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III	4	5	6	7	8	9	10
Lo studente utilizza gli aspetti comunicativorelazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri praticando attivamente i valori sportivi come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA:	Apprendimenti <ul style="list-style-type: none">Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimicaEseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici specifici Abilità <ul style="list-style-type: none">Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di giocosport individuale e di squadraCooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione coi compagniPartecipare in forma positiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazioneGestire la propria emotività nelle varie situazioni ludico sportive	Apprendimenti <ul style="list-style-type: none">Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimicaEseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici specifici Abilità <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, in gruppoCooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione coi compagniSaper decodificare i gesti di compagni, avversari e arbitri in situazione di gioco e sportGestire la propria emotività nelle varie situazioni ludico sportive	Apprendimenti <ul style="list-style-type: none">Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimicaEseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici specificiCodificare i gesti arbitrali in relazione al regolamento dei giochi Abilità <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, in gruppoSaper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco e di sportSaper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco	Non riesce a coordinare schemi di movimento al fine di organizzare nuove condotte motorie	Organizza parzialmente condotte motorie complesse, coordinando vari schemi di movimento	Utilizza il corpo per esprimere sensazioni, emozioni, per accompagnare ritmi durante le esercitazioni pratiche e nel gioco	Decodifica i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco	Decodifica i gesti di compagni, avversari e arbitri in situazione di gioco e sport	onosce e applica semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo	Controlla il movimento e lo utilizza anche per rappresentare e comunicare stati d'animo, per eseguire performance che prevedono l'integrazione di linguaggi diversi.

SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO CLASSI PRIME SECONDE E TERZE											
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA											
COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: competenza personale, sociale e civica; imparare ad imparare; competenza in materia di cittadinanza; competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali; competenza digitale											
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO IN RELAZIONE ALLE COMPETENZE			DESCRIPTORI LIVELLO APPRENDIMENTI/VOTO IN DECIMI						
					INIZIALE		Base	INTERMEDIO		AVANZATO	
		CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III	4	5	6	7	8	9	10
Lo studente rispetta criteri di base di sicurezza per se' e per gli altri; è capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Apprendimenti <ul style="list-style-type: none">Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altriConoscere le principali norme d'igiene, abbigliamento adeguato e adeguati comportamentiCapire l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita Abilità <ul style="list-style-type: none">Rispettare le basilari norme d'igiene legate alla pratica ludico sportivaConoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attivitàPercepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoriaConoscere gli effetti dell'attività sportiva per il benessere della persona e la prevenzione delle malattieRiconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere	Apprendimenti <ul style="list-style-type: none">Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altriConoscere le principali norme d'igieneConoscere le principali norme corrette di alimentazioneConoscere le più semplici norme d' intervento nei più banali incidenti di carattere motorioConoscere l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita Abilità: <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 prestazioniSaper disporre, utilizzare e riporre gli attrezzi correttamente salvaguardando la propria e l'altrui sicurezzaPraticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i beneficiConoscere gli effetti dell'attività sportiva per il benessere della persona e la prevenzione delle malattieRiconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere	<p>Intervenire con le prime norme di pronto soccorso per i più comuni infortuni che possono accadere durante l'attività motoria</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici</p> <p>Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, sapendo applicare principi metodologici per mantenere un buono stato di salute</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori sostanze illecite o che inducono dipendenza</p> <p>Abilità:</p> <p>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</p> <p>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> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, o di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool)</p>	Non rispetta le principali norme igieniche, non ha cura di spazi ed attrezzature	Osserva solo sotto la supervisione dell'adulto le norme igieniche e i comportamenti di prevenzione degli infortuni	Rispetta le principali norme igieniche che segue in autonomia, utilizzando in modo corretto spazi ed attrezzature	Rispetta le norme igieniche, utilizzando in modo abbastanza corretto spazi ed attrezzature per il proprio benessere fisico	Rispetta le norme igieniche, utilizzando autonomamente l'attività motoria per mantenere corretti stili di vita	Assume comportamenti rispettosi dell'igiene, della salute e della sicurezza, proprie e altrui	Assume comportamenti rispettosi dell'igiene, della salute e della sicurezza, proprie e altrui e sa motivarli

OBIETTIVI FORMATIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO		
Classe prima	Classe seconda	Classe terza
<ul style="list-style-type: none">• Individuare le parti del proprio corpo• Individuare la capacità motoria interessata in unmovimento specifico• Padroneggiare con sufficiente sicurezza gli schemimotori di base(camminare, correre, lanciare,rotolare,colpire, ecc.),• riconoscere e valutare traiettorie, tempi, distanze eritmi semplici insituazioni facili• Assumere posture e compiere gesti ed azioni con finalitàespressive e comunicative in modo• Personale• Partecipare attivamente ai giochi di squadra semplificatiassumendo i ruoli più semplici• Rispettare le norme stabilite dal gruppo per la sicurezza	<ul style="list-style-type: none">• Muoversi adeguatamente seguendo le indicazioni richieste• Individuare la capacità motoria interessata in un movimento specifico• Padroneggiare con sicurezza gli schemi motori di base in combinazione tra loro, riconoscere e• valutare traiettorie, tempi, distanze e ritmi sempre più complessi tra loro• Assumere posture e compiere gesti ed azioni con finalità espressive e comunicative in modo• personale• Partecipare attivamente ai giochi di squadra assumendo i ruoli a seconda della situazione• accettando le correzioni nelle fasi di gioco• 6. Rispettare le norme stabilite dal gruppo	<ul style="list-style-type: none">• Definire “qualità motorie” conoscendo a grandi linee i principi di allenamento; individuare lo scopo degli esercizi più semplici proposti; individuare gli apparati o le parti del corpo sulle quali effettua l’attività motoria; modulare con sufficiente autonomia l’impegno fisico.• Padroneggiare con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base e loro combinazioni.• Riconoscere e valutare traiettorie, tempi, distanze e ritmi complessi in situazioni di un certo• impegno motorio.• Conoscere a grandi linee i gesti base dei giochi di squadra proposti, partecipare con sufficiente disinvoltura superando i momenti di disagio e vergogna nell’esprimersi attraverso la mimica corporea.• Partecipare attivamente ai giochi di squadra assumendo ruoli più semplici; lasciarsi guidare e accettare le correzioni nelle fasi di gioco; applicare le regole più facili dei giochi proposti;• essere in grado di formare gruppi di gioco.• Conoscere le principali norme di intervento in caso d’incidente; riconoscere l’importanza dell’esercizio fisico e dell’alimentazione adeguata