

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado

1. L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.
2. Utilizza le abilità motorie sportive acquisite adattando il movimento in situazione.
3. Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando inoltre attivamente i valori sportivi (fair-play) con modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.
4. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione.
5. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e gli altri.
6. E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità ed impegnarsi per il bene comune.

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

Fonti di legittimazione: Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006
Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012

CLASSE PRIMA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none">• L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.• Utilizza le abilità motorie sportive acquisite adattando il movimento in situazione.	<ul style="list-style-type: none">• Controlla il proprio corpo, in situazioni statiche e dinamiche, progressivamente complesse.• Adatta l'azione dei diversi segmenti, in situazioni di equilibrio o disequilibrio.• Utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in semplici situazioni sportive.• Sa orientarsi nell'ambiente scolastico interno ed esterno.	<ul style="list-style-type: none">• Conosce gli schemi motori di base, anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo.• Conosce gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico, dinamico e di volo e il disequilibrio.

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none">• Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.	<ul style="list-style-type: none">• Sa utilizzare tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo in forma individuale e a coppie.• Sa riconoscere linguaggi specifici sportivi.	<ul style="list-style-type: none">• Conosce le tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo in forma individuale e a coppie.• Conosce linguaggi specifici sportivi.

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: il gioco, lo sport, le regole e il fair-play

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Utilizza le abilità motorie sportive acquisite adattando il movimento in situazione. • Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando inoltre attivamente i valori sportivi (fair-play) con modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sa utilizzare le capacità coordinative e tecniche adattandole a situazioni di gioco. • Sa realizzare strategie di gioco. • Applica le regole degli sport di squadra. • Sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, rispettando gli avversari. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce le tecniche da utilizzare in situazioni di gioco. • Conosce le regole del gioco e di alcuni sport di squadra.
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: salute benessere, prevenzione e sicurezza		
COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione. • Rispetta criteri base di sicurezza per sé e gli altri. • E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità ed impegnarsi per il bene comune. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sa distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. • Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi. • Sa adottare comportamenti che salvaguardino la propria ed altrui sicurezza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce i cambiamenti indotti dalle attività motorio-sportive. • Conosce il corretto utilizzo degli attrezzi. • Conosce le norme generali per prevenire incidenti ed infortuni.

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

CLASSE SECONDA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none">L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.Utilizza le abilità motorie sportive acquisite adattando il movimento in situazione.	<ul style="list-style-type: none">Controlla il proprio corpo, in situazioni statiche e dinamiche, progressivamente complesse.Sa utilizzare le capacità condizionali, coordinative e tecniche adattandole a situazioni di gioco.Utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in situazioni di gioco-sport.Sa orientarsi nell'ambiente scolastico interno ed esterno e in ambiente naturale.	<ul style="list-style-type: none">Conosce gli schemi motori di base, anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo.Conosce le capacità condizionali e coordinative.Conosce alcuni ausili specifici per orientarsi e muoversi in ambiente naturale (mappe, bussole, bastoncini, ecc.).

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none">Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.	<ul style="list-style-type: none">Sa utilizzare tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo in forma individuale, a coppie e in piccoli gruppi.Sa decodificare i gesti dei compagni in situazioni di gioco e di sport.	<ul style="list-style-type: none">Conosce le tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo in forma individuale e a coppie.Conosce il significato dei gesti dei compagni.

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: il gioco, lo sport, le regole e il fair play

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
------------	----------	------------

<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Utilizza le abilità motorie sportive acquisite adattando il movimento in situazione. • Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando inoltre attivamente i valori sportivi (fair-play) con modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sa realizzare strategie di gioco e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. • Applica le regole di alcuni sport di squadra. • Sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive, seguendo le regole del fair-play. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce le tecniche da utilizzare in situazioni di gioco. • Conosce le regole di giochi e di alcuni sport di squadra. • Conosce le regole del fair-play.
--	--	--

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: salute benessere, prevenzione e sicurezza

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione. • Rispetta criteri base di sicurezza per sé e gli altri. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sa distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. • Sa utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature, sia individualmente che in gruppo. • Sa adottare comportamenti che salvaguardino la propria ed altrui sicurezza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce i cambiamenti indotti dalle attività motorio-sportive. • Conosce il corretto utilizzo degli attrezzi della palestra. • Conosce le norme generali per prevenire incidenti ed infortuni.

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

CLASSE TERZA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Utilizza le abilità motorie sportive acquisite adattando il movimento in situazione. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sa utilizzare e gestire le capacità condizionali adattandole alle attività sportive e di gioco. • Sa utilizzare e trasferire le abilità acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport in situazioni nuove ed inusuali. • Sa orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale utilizzando strumenti specifici. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce le capacità condizionali. • Conosce i gesti tecnici dei vari sport. • Conosce alcuni ausili specifici per orientarsi e muoversi in ambiente naturale (mappe, bussole, bastoncini, ecc.).

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> • Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sa utilizzare tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo in forma individuale e a coppie. • Sa decodificare i gesti dei compagni in situazioni di gioco e di sport. • Sa decodificare i gesti arbitrali del regolamento della disciplina sportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce le tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo in forma individuale, a coppie e a gruppi. • Conosce il significato dei gesti dei compagni e quelli arbitrali.

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: il gioco, lo sport, le regole e il fair play

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sa realizzare strategie di gioco. • Applica correttamente il regolamento tecnico degli sport 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce le tecniche da utilizzare in situazioni di gioco.

Fonti di legittimazione: Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006
 Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012

<ul style="list-style-type: none"> • Utilizza le abilità motorie sportive acquisite adattando il movimento in situazione. • Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando inoltre attivamente i valori sportivi (fair-play) con modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. 	<p>praticati assumendo anche il ruolo di arbitro e giudice.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, rispettando gli avversari applicando le regole del fair-play. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce le regole del gioco e di alcuni sport di squadra. • Conosce le regole del fair-play.
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO: salute benessere, prevenzione e sicurezza		
COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Rispetta criteri base di sicurezza per sé e gli altri. • Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sa distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta ed applica tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. • Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi. • Sa adottare comportamenti che salvaguardino la propria ed altrui sicurezza. • Sa seguire le regole di igiene personale e adotta corretti stili di vita. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce i cambiamenti indotti dalle attività motorio-sportive. • Conosce il corretto utilizzo degli attrezzi. • Conosce le norme generali per prevenire incidenti ed infortuni. • Conosce le regole dell'igiene personale e i benefici indotti dal corretto stile di vita.