

ISTITUTO COMPRENSIVO “CENTRO MIGLIARINA”
SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO “RAFFAELLO MOTTO”

Aree disciplinari:
Italiano, storia, geografia e religione;
Lingue straniere;
Matematica scienze e tecnologia;
Arte, musica, educazione fisica;
Sostegno.

Area disciplinare di: Arte, musica, educazione fisica

Dalle indicazioni Nazionali D.M. 254/2012

Disciplina: Educazione fisica

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della classe:terza

Nuclei tematici	Obiettivi di apprendimento	Conoscenze	Abilità	Traguardi di competenza
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p>	<p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport</p> <p>-saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali</p> <p>-utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva</p> <p>-sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici(mappe, bussole)</p>	<p>-le parti del corpo, nomenclatura e terminologia del corpo nello spazio</p> <p>-organi, apparati e sistemi</p> <p>- gli schemi motori di base e la loro evoluzione in condotte motorie e abilità tecniche</p> <p>-gli elementi dell'equilibrio statico, dinamico, di volo</p> <p>- posture e tecniche di rilassamento</p> <p>-il concetto di destra e sinistra e di lateralizzazione</p> <p>-le situazioni di controllo tonico e posturale</p> <p>- le informazioni senso-percettive</p> <p>- gli schemi motori di base</p> <p>- le situazioni non abituali del corpo (situazioni di equilibrio e perdita di equilibrio, i salti varie altezze....)</p>	<p>-controllo del corpo, adattamento e trasformazione dei movimenti in situazioni statiche e dinamiche</p> <p>progressivamente complesse</p> <p>-produrre risposte motorie in regime di complessità cognitiva, condizionale, coordinativa in funzione delle informazioni sensoriali (propriocezione, vista, udito, tatto, ...)</p> <p>- riconoscere e verbalizzare le caratteristiche e le funzioni delle azioni motorie</p> <p>-sperimentare e padroneggiare il passaggio dalle abilità motorie di base alle tecniche sportive</p> <p>-applicare in forma autonoma pratiche motorie per la riduzione dello stress</p> <p>-adattare capacità e abilità alle richieste poste dalle situazioni di gioco</p> <p>-risolvere problemi tecnico-</p>	<p>-acquisisce consapevolezza della propria corporeità, valutando le modificazioni fisiologiche indotte dal movimento ed I parametri relativi all'evoluzione psicofisica</p> <p>-acquisisce consapevolezza delle proprie capacità e abilità motorie attraverso strumenti di autovalutazione</p> <p>-acquisisce consapevolezza dell'altrui corporeità, riconoscendo le differenze sessuali e di sviluppo</p> <p>-utilizza le abilità motorie adattandole alle variabili spazio-temporali nelle varie situazioni sportive ed alle diverse situazioni di gioco</p> <p>-utilizza capacità e abilità trasferendoli nei vari contesti sportivi, realizzando i gesti tecnici</p> <p>-utilizza l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali</p> <p>-controlla il proprio corpo nello</p>

			tattici con spirito di iniziativa, verbalizzando le situazioni problema e le soluzioni	spazio orientandosi nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso l'utilizzo di mappe, bussole, ...
		-gli elementi di orientamento nello spazio	-utilizzare e adattare le abilità acquisite per orientarsi nello spazio -orientarsi nello spazio con l'ausilio di mappe e bussole	
		le capacità senso percettive, coordinative e condizionali, la flessibilità, l'agility -le funzioni fisiologiche I cambiamenti morfologici, le leggi della crescita, la pubertà, le differenze di genere -I test	- autovalutare le proprie capacità motorie -misurare la propria frequenza cardiac e controllare la respirazione -riconoscere il rapporto tra intensità di lavoro e Modificazioni fisiologiche anche rispetto allo sviluppo e alle differenze di genere	
		-gli elementi delle strutture temporali e ritmiche	-utilizzare e adattare le strutture temporali e ritmiche in ambito motorio - riprodurre ritmi musicali con sequenze motorie, anche in forma creativa	
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	-conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante	- modalità di espressione e comunicazione -segni e segnali -le emozioni e I contenuti emotive	-utilizzare l'espressione corporea per rappresentare idee, situazioni, emozioni, racconti	L'alunno: -utilizza linguaggi corporei specifici per rappresentare situazioni, idee, stati d'animo e storie in forma

	<p>gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <p>-saper decodificare i gesti dei compagni e avversari in situazioni di gioco e di sport</p> <p>-saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>-la prossemica</p>	<p>-utilizzare l'espressione corporea per esprimersi e comunicare attraverso il mimo, gli sguardi, le posture, la drammatizzazione, le danze</p> <p>-sperimentare il contatto corporeo e l'affidamento anche in situazioni di deprivazione sensoriale</p>	<p>individuale e creativa e in gruppo</p> <p>-sperimenta le modalità espressive e comunicative del linguaggio del corpo in rapporto alla musica</p> <p>-legge e interpreta i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport al fine di comprendere gli sviluppi delle azioni</p> <p>-legge e interpreta i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco</p>
		<p>-I linguaggi non verbali</p> <p>-il linguaggio del corpo nello sport</p> <p>-le attività espressive e il linguaggio teatrale</p>	<p>-decodificare i gesti codificati degli sport</p> <p>-decodificare la gestualità tipica degli sport in situazione</p> <p>-decodificare la gestualità specifica di arbitri e giudici di gara</p> <p>-ideare e rappresentare situazioni, racconti, testi in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p>	

		<ul style="list-style-type: none"> -ritmi -musiche -canzoni -sequenze temporali di azioni 	<ul style="list-style-type: none"> -interpretare e ideare combinazioni e coreografie individuali, a coppie -interpretare e ideare coreografie e danze di gruppo -interpretare e ideare sequenze ritmiche e danze 	
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<ul style="list-style-type: none"> -padroneggiare le capacità di coordinamento adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creative, proponendo anche variant -saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra -conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro e di giudice -saper 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. 	<ul style="list-style-type: none"> -le differenze tra gioco e sport, classificazioni e terminologia (giochi popolari, giochi presportivi, sport) -le differenze tra abilità motorie di base abilità tecniche (fondamentali tecnici 	<ul style="list-style-type: none"> -adattare le abilità motorie di base e tecniche al contesto situazionale dei giochi e degli sport, anche in forma personale 	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> -partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra e mette in atto comportamenti collaborativi, rispettando i valori sportivi -conosce, applica e rispetta i regolamenti dei giochi e degli sport, anche assumendo il ruolo di arbitro o giudice -gestisce in modo consapevole, con equilibrio e responsabilità, le situazioni competitive, dimostrando rispetto dell'altro e della diversità -utilizza l'esperienza motoria acquisita per risolvere problemi nell'ambito delle situazioni di gioco, anche realizzando strategie di gioco -padroneggia e applica capacità, abilità tecniche e tattiche adattandole alle situazioni di gioco in forma originale e creative, proponendo anche varianti

		<ul style="list-style-type: none"> -concetto di tattica individuale e collettiva -concetto di strategia -linguaggi specifici del gioco e dello sport 	<ul style="list-style-type: none"> -risolvere problemi di tattica individuale e collettiva, proponendo anche soluzioni personali -applicare strategie di gioco -decodificare il linguaggio motorio di compagni, avversari e arbitri in funzione delle richieste situazionali 	
		<ul style="list-style-type: none"> -modalità relazionali per valorizzare ruoli diversi nel gruppo e nella squadra 	<ul style="list-style-type: none"> -svolgere un ruolo attivo nel contesto ludico e sportivo -mettere in atto comportamenti collaborativi e cooperativi per raggiungere obiettivi comuni -accettare il contributo di tutti, evitando di escludere i meno abili 	
Sicurezza, prevenzione, salute e benessere	<ul style="list-style-type: none"> -Essere in grado di conoscere I cambiamenti morfologici caratteristici dell'età e 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 conclusion del lavoro 	<ul style="list-style-type: none"> -le norme di sicurezza -le norme per la prevenzione degli Infortuni - i comportamenti da adottare in caso di assistenza all'attività -elementi di primo soccorso 	<ul style="list-style-type: none"> -sapersi rapportare con l'ambiente e le persone ai fini della sicurezza -saper individuare i pericoli in un ambiente -adottare comportamenti non pericolosi per sé e per gli altri -adottare comportamenti relativi all'igiene personale rispettosi di sé e degli altri -rispettare le regole comprendendone il significato 	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> -sperimenta e vive le attività motorie e sportive sviluppando autoefficacia e autostima, come base per un futuro di cittadino attivo -svolge le attività motorie con coscienza e senso di responsabilità, dimostrando capacità di graduare e distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta -pratica le attività motorie per

	<p>-saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>-saper adottare comportamenti appropriate 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, di sostanze illecite o che inducono dipendenza(doping, droghe, alcool)</p>		<p>-applicare alcune tecniche di assistenza</p>	<p>migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici, applicando specifiche esercitazioni e seguendo piani di lavoro per il miglioramento delle prestazioni, per la prevenzione degli infortuni e per la riduzione dello stress</p> <p>-è consapevole del rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico, in relazione a sani stili di vita</p> <p>-è consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool)</p> <p>-valuta le condizioni ambientali e adotta comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo, prevedendone l'entità</p>
		<p>-i principi e le regole per una corretta alimentazione</p> <p>-i principi e le regole di igiene personale</p> <p>-gli effetti nocivi del fumo, delle droghe, dell'alcool</p> <p>-gli effetti nocivi del doping</p>	<p>applicare regole di salvaguardia della propria salute</p> <p>-evitare l'assunzione di sostanze che inducono dipendenza</p> <p>-curare l'alimentazione</p> <p>-curare l'igiene personale</p>	

		-gli stili di vita - il rapporto fra attività fisica, benessere e salute -l'allenamento e i piani di lavoro	-saper vivere l'attività motorio-sportiva con piacere -essere attivi fisicamente in diversi contesti, a partire dalle lezioni di educazione fisica -seguire esercitazioni pianificate perseverando nell'impegno -saper dosare lo sforzo	
		-le tecniche di rilassamento, di riscaldamento, di defaticamento	-saper applicare le tecniche di rilassamento, di riscaldamento, di defaticamento	

Metodologie

- Didattica conversazionale;
- Didattica digitale integrate;
- Apprendimento collaborative e cooperative (cooperative learning, tutoring, flipped classroom);
- Didattica per problemi (problem solving, brainstorming);
- Metodologia della ricerca sociale (indagine sociale, focus group);
- Educazione socio-affettiva (circle time, role play);
- Metodologie specifiche (metodi scientificamente validati, CLIL, total physical response);

Didattica laboratoriale.

Criteri di verifica e valutazione

Prove non strutturate, strutturate e semistrutturate:

- ✓ Esercizi applicativi di vario tipo, svolti sia in classe che a casa;
- ✓ Prove scritte periodiche (anche in forma di test del tipo vero/falso, a scelta multipla e completamento);
- ✓ Risoluzione di problemi anche in contesti reali (compiti di realtà);
- ✓ Relazioni sulle esperienze svolte (biografia cognitiva);

- ✓ Esercizi interattivi;
- ✓ Esposizione dei concetti acquisiti;
- ✓ Interventi dal posto;
- ✓ Prove basate su compiti di realtà disciplinari e/o interdisciplinari;
- ✓ Osservazioni sistematiche;
- ✓ Attività pratiche;
- ✓ Rubriche di valutazione;
- ✓ Partecipazione alle attività di laboratorio e di gruppo.

Le attività di verifica comuni saranno coordinate per classi parallele e proposte in ingresso, nella fase intermedia e nella fase finale a scadenza quadrimestrale. Gli esiti di tali verifiche sono registrati e documentati in apposite griglie di rilevazione, funzionali all'auto-valutazione d'istituto e alla valutazione dei processi di maturazione cognitiva e socio-affettiva espressa nel documento di valutazione. In tal modo si intende garantire un processo valutativo formativo e sommativo.

In riferimento alla tipologia delle verifiche, ci si avvale di prove oggettive e soggettive, nell'intento di rispondere ai vari stili di apprendimento e di valutare, ad ampio raggio, conoscenze, abilità e competenze.

Competenze chiave Europee	Declinazione delle competenze
1. Competenza alfabetica funzionale	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Riprodurre segni e simboli in modo corretto. ❖ Comprendere messaggi orali e scritti. ❖ Esprimersi verbalmente e per iscritto in modo comprensibile e corretto. ❖ Utilizzare linguaggi in funzione del registro linguistico. ❖ Leggere e riconoscere vari tipi di testo e utilizzarli. ❖ Ascoltare e comprendere testi di vario genere. ❖ Ricavare informazioni. ❖ Riconoscere l'organizzazione logico sintattica della frase. ❖ Riflettere sulla metalinguistica.
2. Competenza multilinguistica	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Riconoscere l'organizzazione logico sintattica della frase semplice. ❖ Comprendere messaggi orali e scritti. ❖ Ricavare informazioni esplicite ed implicite da testi vari. ❖ Scrivere testi di vario genere. ❖ Utilizzare dizionari.

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ampliare il lessico. ❖ Esprimersi oralmente.
3. Competenza matematica e competenza in scienze, a. tecnologie e ingegneria	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Raccogliere le idee, organizzarle, pianificare un percorso. ❖ Seguire istruzioni scritte per svolgere un'attività, per realizzare un procedimento. ❖ Comprendere e utilizzare il linguaggio specifico. ❖ Ricavare informazioni esplicite ed implicite. ❖ Argomentare in forma orale e scritta. ❖ Individuare le anticipazioni di un testo.
4. Competenza digitale	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Leggere e decodificare i messaggi. ❖ Saper ricercare informazioni. ❖ Seguire istruzioni scritte per realizzare prodotti e procedimenti. ❖ Raccogliere idee, organizzarle per punti e pianificare una traccia di lavoro. ❖ Individuare parole chiave e saper titolare. ❖ Rielaborare testi utilizzando programmi di video scrittura.
5. Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Leggere, comprendere, prendere appunti, schematizzare, riassumere. ❖ Ragionare sulla lingua scritta e orale. ❖ Arricchire il patrimonio lessicale. ❖ Rielaborare testi.
6. Competenza in materia di cittadinanza	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Saper ascoltare. ❖ Rispettare i turni di parola negli scambi comunicativi. ❖ Saper comunicare in modo chiaro e comprensibile. ❖ Interagire in modo efficace in diverse situazioni comunicative, attraverso modalità dialogiche, rispettando le idee degli altri.
7. Competenza imprenditoriale	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Comprendere testi di vario genere. ❖ Selezionare informazioni significative in base allo scopo. ❖ Usare il lessico ed i registri linguistici adeguati. ❖ Narrare eventi ed esperienze selezionando elementi significativi in base allo scopo.

	<ul style="list-style-type: none">❖ Intervenire in una conversazione o discussione con pertinenza e coerenza fornendo il contributo personale.
8. Consapevolezza e espressione culturale	<ul style="list-style-type: none">❖ Ascoltare testi vari riconoscendone le fonti e le caratteristiche.❖ Leggere e comprendere testi di varia natura.❖ Porre un testo in relazione alle esperienze culturali dell'autore.❖ Ricavare informazioni da testi e da più fonti.❖ Produrre testi con registri linguistici diversi.❖ Realizzare scelte lessicali adeguate alla situazione comunicativa.❖ Sviluppare la dimensione creativa e immaginativa.