

EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA: IC PACINOTTI- Secondaria

DIPARTIMENTO: Ed. Fisica

CLASSE: **Prima**

DISCIPLINA: **Ed. Fisica**

TRAGUARDO/I: L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.

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

Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI (presi dalla terza colonna del curriculum)	ATTIVITA'	STRATEGIE	ED. CIVICA	PROGETTI (recupero/ approfondimento)	VALUTAZIONE Evidenze da osservare e Strumenti di valutazione
<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e con il tempo</i>	Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità generalizzata. Utilizzare i principali schemi motori di base combinati alle diverse discipline. Essere consapevoli delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.	Attività pratiche volte alla percezione, conoscenza e padronanza del proprio corpo. La percezione del tempo Tonicità muscolare Velocità motoria Mobilità articolare Esercizi di mobilità articolare: allungamento dei principali gruppi muscolari attraverso	Didattica laboratoriale Apprendimento cooperativo Didattica ludica ed esperienziale Problem solving Lezione frontale, dialogata e partecipata Peer education Brainstorming Circle time	Educazione alla salute ed alla corretta alimentazione. Rispetto dell'ambiente, prevenzione all'inquinamento e raccolta differenziata. Autostima e bullismo		La valutazione formativa verrà effettuata durante i processi di apprendimento e, quindi, durante lo svolgimento delle unità didattiche, per accertare le abilità conseguite e per controllare la reale validità dei metodi adottati. Partecipazione e impegno nelle attività proposte. Prove di verifica di attività pratiche e teoriche.

lo stretching.

Attività teoriche
di
approfondiment
o su:
Strutturazione
dell'avviamento
motorio.

Schemi motori
di base e alcune
loro applicazioni
sportive

Regolamenti dei
giochi sportivi
trattati.

SCUOLA: IC PACINOTTI- Secondaria

DIPARTIMENTO: Ed. Fisica

CLASSE: **Prima**

DISCIPLINA: **Ed. Fisica**

TRAGUARDO/I: Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI (presi dalla terza colonna del curriculum)	ATTIVITA'	STRATEGIE	ED. CIVICA	PROGETTI (recupero/ approfondimento)	VALUTAZIONE Evidenze da osservare e Strumenti di valutazione
<i>Il linguaggio del corpo come modalità espressiva e comunicativa</i>	Esprimere idee e stati d'animo mediante gestualità e posture. Utilizzare in modo personale e consapevole il corpo ed il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti. Condividere il principio associativo e relazionale dell'attività fisica.	Attività pratiche volte allo sviluppo espressivo e comunicativo del proprio corpo. Sperimentazione di nuovi giochi. Applicazione di nuovi gesti tecnici Attività volte a rappresentare idee, emozioni, stati d'animo mediante gestualità e posture. Attività volte alla decodifica dei gesti arbitrari in relazione all'applicazione dei regolamenti di gioco.	Didattica laboratoriale Apprendimento cooperativo Didattica ludica ed esperienziale Problem solving Lezione frontale, dialogata e partecipata Peer education Brainstorming Circle time	Educazione alla salute ed alla corretta alimentazione. Rispetto dell'ambiente, prevenzione all'inquinamento e raccolta differenziata. Autostima e bullismo		

	Saper interpretare in parte gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.					
--	---	--	--	--	--	--

SCUOLA: IC PACINOTTI- Secondaria

DIPARTIMENTO: Ed. Fisica

CLASSE: **Prima**

DISCIPLINA: **Ed. Fisica**

TRAGUARDO/I: Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.

È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI (presi dalla terza colonna del curriculum)	ATTIVITA'	STRATEGIE	ED. CIVICA	PROGETTI (recupero/ approfondimento)	VALUTAZIONE Evidenze da osservare e Strumenti di valutazione
<i>Il gioco, lo sport, le regole ed il fair play</i>	Utilizzare le abilità specifiche di alcuni giochi di squadra e di alcune discipline sportive individuali. Rispettare le regole, saper accettare la sconfitta.	Attività volte all'utilizzo delle abilità specifiche di alcuni giochi di squadra e di alcune discipline sportive individuali. Attività volte alla concentrazione durante il gioco, alla gestione delle emozioni ed alla presa di coscienza dell'errore.	Didattica laboratoriale Apprendimento cooperativo Didattica ludica ed esperienziale Problem solving Lezione frontale, dialogata e partecipata Peer education Brain storming Circle time	Educazione alla salute ed alla corretta alimentazione. Rispetto dell'ambiente, prevenzione all'inquinamento e raccolta differenziata. Autostima e bullismo		

SCUOLA: IC PACINOTTI- Secondaria

DIPARTIMENTO: Ed. Fisica

CLASSE: **Prima**

DISCIPLINA: **Ed. Fisica**

TRAGUARDO/I: Riconosce, ricerca e applica a sé stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI (presi dalla terza colonna del curriculum)	ATTIVITA'	STRATEGIE	ED. CIVICA	PROGETTI (recupero/ approfondimento)	VALUTAZIONE Evidenze da osservare e Strumenti di valutazione
<i>Salute, benessere, prevenzione e sicurezza</i>	Saper adottare comportamenti mirati a salvaguardare la propria sicurezza e dei compagni. Riconoscere gli spazi e le attrezzature dedicate all'attività. Riconoscere alcuni rischi connessi all'attività motoria ed applicare alcuni atteggiamenti di prevenzione.	Attività volte alla consapevolezza del proprio corpo rispetto all'ambiente ed agli altri. Attività volte alla comprensione dell'importanza di una corretta alimentazione e di una pratica sportiva costante. Sistemazione corretta dell'attrezzatura occorrente per le attività previste e riposizionamento della stessa a fine attività.	Didattica laboratoriale Apprendimento cooperativo Didattica ludica ed esperienziale Problem solving Lezione frontale, dialogata e partecipata Peer education Brainstorming Circle time	Educazione alla salute ed alla corretta alimentazione. Rispetto dell'ambiente, prevenzione all'inquinamento e raccolta differenziata. Autostima e bullismo		

	Conoscere le norme					
--	--------------------	--	--	--	--	--