

Settore scolastico: secondaria I grado

Classe: prima

Competenza chiave: 6, 7, 8

Profilo dello studente:

Disciplina di riferimento: educazione fisica

Discipline concorrenti: tutte

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado.	Conoscenze	Abilità	Nuclei tematici
<ul style="list-style-type: none">• L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.• Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alla situazione.• Utilizza gli aspetti comunicativi-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.• Riconosce, ricerca e applica a se stesso	<ol style="list-style-type: none">1) affinamento del proprio schema corporeo, decodifica delle afferenze senso percettive2) conoscenza ed applicazione di semplici tecniche di espressione corporea3) conoscenza e rispetto delle principali regole di giochi codificati e non4) consapevolezza delle proprie funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti alla attività motoria.	<ol style="list-style-type: none">1) acquisire abilità coordinative in relazione allo spazio e tempo.2) Esprimere i propri stati d'animo con posture e movimenti adeguati.3) Apprendere tecniche e fondamentali di base dei grandi giochi. *4) Conoscere il proprio corpo e le sue funzioni in un contesto di movimento5) Comprendere la funzione dello sport come mezzo di recupero ed integrazione	<ul style="list-style-type: none">• Ordinativi statici ed in movimento• Capacità coordinative• Schemi motori di base• Potenziamiento muscolare generalizzato• Esercizi elementari di riporto ai piccoli e grandi attrezzi *• Gestione e controllo della palla *• Competizioni interne *

<p>comportamenti di promozione dello “star *bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rispetta criteri di 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. 		<p>sociale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lo scheletro e le sue funzioni. Conoscenza e ubicazione delle ossa principali. Conoscenza e prevenzione dei principali traumi ossei. Primo soccorso. • Storia delle Paralimpiadi. Differenza tra disabilità e diverse abilità. • La carta del fair play • Storia e origine dei principali sport di squadra: basket, pallavolo e calcio
---	--	-----------------	---

***In attesa di cambiamenti relativi alla prevenzione anti Covid-19**

Settore scolastico: secondaria I grado

Classe: seconda

Competenza chiave: 6, 7, 8

Profilo dello studente:

Disciplina di riferimento: educazione fisica

Discipline concorrenti: tutte

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado.	Conoscenze	Abilità	Nuclei tematici
<ul style="list-style-type: none">● L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.● Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alla situazione.● Utilizza gli aspetti comunicativi-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.● Riconosce, ricerca e	<ol style="list-style-type: none">1 Mantenimento di un impegno motorio prolungato nel tempo manifestando autocontrollo del proprio corpo nella sua funzionalità cardio-respiratoria e muscolare.2 Utilizzo e trasferimento delle abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.3 Decodifica di gesti arbitrari in relazione alla applicazione del regolamento dei giochi.	<ol style="list-style-type: none">1) Partecipare a manifestazioni competitive a livello di classe e di Istituto in forma aerobica *2) Conoscere i fondamentali tecnici individuali di sport e giochi.3) Conoscere le regole dei giochi4) Risolvere problemi nelle varie situazioni5) Conoscere i principi base fisiologici e applicarli nell'esecuzione dei gesti sportivi.6) Comprendere la funzione dello sport come mezzo di recupero ed integrazione sociale.	<ul style="list-style-type: none">• Ordinativi statici ed in movimento• Capacità coordinative• Potenziamiento muscolare generalizzato• Esercizi elementari di riporto ai piccoli e grandi attrezzi *• Gestione e controllo della palla *• Esercitazioni aerobiche a tempi variabili *

<p>applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Rispetta criteri di 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. 	<p>4 Partecipazione in forma propositiva nella scelta della strategia di gioco e alla loro realizzazione adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi.</p> <p>5 Assunzione della consapevolezza della propria efficienza fisica sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute.</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● Osservazione della modifica delle funzioni fisiologiche durante l'attività ● Allenamenti in circuito ● Competizioni interne con arbitraggio * ● Partecipazione facoltativa ai Giochi Sportivi Studenteschi e gruppo sportivo scolastico, facoltativi * ● Rilevazione di tempi e misure delle prestazioni ● Apparato muscolare: funzioni del muscolo. Conoscenza e ubicazione dei muscoli principali. Conoscenza e prevenzione dei traumi muscolari. ● Nozioni fondamentali del primo soccorso ● Storia delle Olimpiadi. ● Edizioni olimpiche condizionate da eventi particolari ● La carta del fair play ● Storia e origine dei principali sport di squadra: basket, pallavolo e calcio
--	--	--	---

***In attesa di cambiamenti relativi alla prevenzione anti Covid-19**

Settore scolastico: secondaria I grado

Classe: terza

Competenza chiave: 6, 7, 8

Profilo dello studente:

Disciplina di riferimento: educazione fisica

Discipline concorrenti: tutte

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado.	Conoscenze	Abilità	Nuclei tematici
1) L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti. 2) Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alla situazione. 3) Utilizza gli aspetti comunicativi-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. 4) Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. 5) Rispetta criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri.	1 Rilevazione dei principali cambiamenti morfologici del corpo e applicazione di conseguenti piani di lavoro per raggiungere una ottimale efficienza fisica, migliorando le capacità condizionali 2 Applicazione degli schemi e delle azioni di movimento per risolvere in forma originale e creativa un determinato problema motorio, riproducendo anche nuove forme di movimento 3 Rappresentazione di idee, stati d'animo e posture svolte in forma individuali, a coppie, in gruppo.	1) Conoscere tecniche di allenamento 2) Risolvere problemi nelle varie situazioni 3) Esprimere i propri stati d'animo con posture e movimenti adeguati 4) Conoscere e saper assumere i ruoli nelle competizioni * 5) Conoscere le regole prescritte e le regole etiche. 6) Conoscere il ruolo che ha assunto lo sport nei vari momenti storici.	1) Principali distretti scheletrici, muscolari e semplici elementi delle funzioni fisiologiche 2) Rilevazione dell'attività cardiaca e degli atti respiratori nelle varie situazioni 3) Ordinativi statici ed in movimento 4) Capacità coordinative 5) Schemi motori di base 6) Potenziamiento muscolare generalizzato

<p>6) È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>	<p>4 Gestione consapevole degli eventi della gara con autocontrollo e rispetto dell'altro, accettando la sconfitta</p> <p>5 Conoscenza di: metodiche di allenamento, principi alimentari, problematiche del doping, primi elementi di pronto soccorso.</p>		<p>7) Esercizi elementari di riporto ai piccoli e grandi attrezzi *</p> <p>8) Gestione e controllo della palla *</p> <p>9) Competizioni interne *</p> <p>10) Tecnica e tattica elementare di alcuni sport convenzionali *</p> <p>11) Alimentazione, salute e sport</p> <p>12) Alcool e fumo: effetti sulla pratica sportiva e sulla salute.</p> <p>13) Il Doping e l'Anti Doping</p> <p>14) Partecipazione facoltativa ai Giochi Sportivi Studenteschi e al Gruppo Sportivo Scolastico</p> <p>15) Apparato scheletrico e muscolare in presenza ed assenza di gravità</p> <p>16) Storia delle Olimpiadi : le olimpiadi di Berlino e lo sport nelle grandi dittature.</p>
--	--	--	---

***In attesa di cambiamenti relativi alla prevenzione anti Covid-19**