

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CURRICULUM VERTICALE

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

- ✓ 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.
- ✓ 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.
- ✓ Riconosce, ricerca e applica a se 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.

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE CLASSE I

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	COMPETENZE
<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e con il tempo</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Controllare, organizzare e realizzare un movimento e conoscerne le sue componenti essenziali, anche in riferimento alla conoscenza del corpo umano. • Conoscere, utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base e posturali. • Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. • Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove e inusuali. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in maniera corretta e consapevole il proprio corpo. • Sapersi orientare nello spazio e nel tempo, utilizzarlo in maniera completa e adeguata.
<i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimica. • Eseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici specifici. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.
<i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare gli schemi motori di base adattandoli alle situazioni richieste dal gioco/sport. • Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità e le caratteristiche personali. • Rispettare le regole delle discipline sportive praticate. • Saper eseguire i fondamentali di base di alcuni sport: pallavolo, pallamano, basket, calcetto e atletica leggera, ginnastica. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lavorare nel gruppo condividendo e rispettando le regole.
<i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri. • Conoscere le principali norme d'igiene: abbigliamento adeguato e adeguati comportamenti. • Conoscere le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere 	<ul style="list-style-type: none"> • Adottare comportamenti e stili di vita utili ad un buon stato di salute. • Saper adottare comportamenti appropriati • per la sicurezza propria ed altrui anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE CLASSE II

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	COMPETENZE
<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e con il tempo</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere, utilizzare, coordinare e controllare le capacità coordinative, anche in riferimento alla conoscenza del corpo umano. • Controllare, organizzare e realizzare movimenti sempre più complessi. • Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. • 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in maniera corretta e consapevole il proprio corpo. • Sapersi orientare nello spazio e nel tempo, utilizzarlo in maniera completa e adeguata.
<i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea. • Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco e di sport. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.
<i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco/sport. • Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità e le caratteristiche personali. • Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o giudice. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lavorare nel gruppo condividendo e rispettando le regole.
<i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i principali cambiamenti legati all'adolescenza • Conoscere i principi della corretta alimentazione • Conoscere e riconoscere abitudini sbagliate che influiscono sulla presenza di paramorfismi e dismorfismi 	<ul style="list-style-type: none"> • Adottare comportamenti e stili di vita utili ad un buon stato di salute. • Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria ed altrui anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE CLASSE III

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	• COMPETENZE
<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e con il tempo</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere, utilizzare, coordinare e controllare le capacità condizionali, anche in riferimento alla conoscenza del corpo umano. • Controlla azioni motorie combinate in situazioni complesse. • Padroneggia movimenti complessi con risposte creative. • Conoscere gli obiettivi e le procedure di un piano di lavoro con riferimento a funzioni fisiologiche, cambiamenti morfologici. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in maniera corretta e consapevole il proprio corpo. • Sapersi orientare nello spazio e nel tempo, utilizzarlo in maniera completa e adeguata.
<p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. • Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni digioco e di sport. • Gestisce la propria emotività nelle varie situazioni ludico sportive. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.
<p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare le capacità coordinative e condizionali adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. • Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra, con autocontrollo e rispetto dell'altro. • Saper acquisire ruoli attivi differenti nell'ambito dei giochi di squadra, in relazione alle caratteristiche personali e alle proprie predisposizioni. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lavorare nel gruppo condividendo e rispettando le regole.
<p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e utilizzare le norme generali per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza di alcuni elementi di primo soccorso • Conoscere gli effetti nocivi di doping, droga, alcool e fumo. • Conoscere gli effetti dei disturbi del comportamento alimentare e dei danni provocati dalla sedentarietà. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adottare comportamenti e stili di vita utili ad un buon stato di salute. • Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria ed altrui anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.

OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO Classe I

- Padroneggiare con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base (correre, saltare, lanciare ecc..).
- Riconoscere e valutare traiettorie, tempi, distanze e ritmi semplici in situazioni facili.
- Partecipare attivamente ai giochi di squadra.
- Accettare di giocare con i compagni assegnati
- Rispettare le principali norme di sicurezza.

I docenti sono concordi nello stabilire che gli **obiettivi minimi** relativi alle capacità motorie (condizionali e coordinative), sono facilmente raggiungibili se l'alunno mostra partecipazione e impegno costanti, pertanto la valutazione **insufficiente** sarà data a chi mostra difficoltà coordinative o evidenti carenze di efficienza fisica per mancanza d'impegno o per una partecipazione saltuaria e improduttiva alle lezioni. La stessa valutazione verrà attribuita anche a coloro che pur avendo raggiunto gli obiettivi sul piano motorio, non rispettino le regole di disciplina, sicurezza, fair play da cui non si può prescindere nell'educazione fisica.

OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO Classe II

- Padroneggiare gli schemi motori di base in combinazione tra loro.
- Riconoscere e valutare traiettorie, tempi, distanze e ritmi sempre più complessi.
- Partecipare attivamente ai giochi di squadra assumendo i ruoli a seconda della situazione.
- Rispettare le norme di sicurezza.

I docenti sono concordi nello stabilire che gli **obiettivi minimi** relativi alle capacità motorie (condizionali e coordinative), sono facilmente raggiungibili se l'alunno mostra partecipazione e impegno costanti, pertanto la valutazione **insufficiente** sarà data a chi mostra difficoltà coordinative o evidenti carenze di efficienza fisica per mancanza d'impegno o per una partecipazione saltuaria e improduttiva alle lezioni. La stessa valutazione verrà attribuita anche a coloro che pur avendo raggiunto gli obiettivi sul piano motorio, non rispettino le regole di disciplina, sicurezza, fair play da cui non si può prescindere nell'educazione fisica.

OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO Classe III

- Riconoscere e valutare traiettorie, tempi distanze e ritmi complessi in situazioni di un certo impegno motorio.
- Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco.
- Partecipare attivamente e con autocontrollo ai giochi di squadra.
- Adottare le norme di sicurezza.
- Conoscere gli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (droghe,doping, alcol).

I docenti sono concordi nello stabilire che gli **obiettivi minimi** relativi alle capacità motorie (condizionali e coordinative), sono facilmente raggiungibili se l'alunno mostra partecipazione e impegno costanti, pertanto la valutazione **insufficiente** sarà data a chi mostra difficoltà coordinative o evidenti carenze di efficienza fisica per mancanza d'impegno o per una partecipazione saltuaria e improduttiva alle lezioni. La stessa valutazione verrà attribuita anche a coloro che pur avendo raggiunto gli obiettivi sul piano motorio, non rispettino le regole di disciplina, sicurezza, fair play da cui non si può prescindere nell'educazione fisica.