DIPARTIMENTO: EDUCAZIONE FISICA

ORDINE DI SCUOLA : SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE:

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.

NUCLEI FONDANTI	ANNO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITÀ	CONOSCENZE
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	1	• **Utilizzare le informazioni percettive per scegliere risposte motorie funzionali** • **Destreggiarsi nella motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo**	• Saper controllare i diversi segmenti corporei e il loro movimento in situazioni diverse. • Saper utilizzare consapevolmente le procedure proposte dall’insegnante per l’incremento delle capacità condizionali. • Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione di un’azione.	• I propri limiti e le proprie potenzialità motorie. • Le componenti spazio-temporali nell’azione del corpo. • Le potenzialità del movimento del proprio corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche.

	2	• **Utilizzare le informazioni percettive per scegliere risposte motorie funzionali** • **Destreggiarsi nella motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo**	• Saper controllare i diversi segmenti corporei e il loro movimento in situazioni diverse. • Saper utilizzare consapevolmente le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle capacità condizionali. • Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione di un'azione. • Trasformare i vari schemi motori in semplici gesti tecnici e sportivi.	• I propri limiti e le proprie potenzialità motorie. • Le componenti spazio-temporali nell'azione del corpo. • Le potenzialità del movimento del proprio corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche.
	3	• **Conoscere gli apparati ed avere consapevolezza dei cambiamenti funzionali e morfologici** • **Utilizzare e rielaborare le informazioni percettive per scegliere risposte motorie funzionali**	• Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni complesse. • Rispondere ad uno stimolo con una risposta motoria	• Le potenzialità del movimento del proprio corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche. • Lee componenti spazio- temporali in ogni situazione di gruppo o sportiva.

		• **Controllare movimenti complessi riferiti a se stessi e all'ambiente per risolvere un compito motorio**	efficace ed economica.	
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	1	• **Interpretare e comunicare contenuti emozionali /tecnici attraverso i gesti e il movimento**	• Saper assumere e controllare le diverse posture del corpo. • Saper utilizzare il corpo per esprimere sentimenti e emozioni.	• Le parti e le posizioni del corpo. • La capacità espressiva del corpo per esprimere sentimenti e emozioni.
	2	• **Interpretare e comunicare contenuti emozionali /tecnici attraverso i gesti e il movimento**	• Saper assumere e controllare le diverse posture del corpo. • Saper utilizzare il corpo per esprimere sentimenti e emozioni.	• Le diverse posture del corpo. • La capacità espressiva del corpo per esprimere sentimenti e emozioni.
	3	• **Interpretare e comunicare**	• Saper riprodurre	• Linguaggio del corpo, interpretazione delle emozioni e conoscenza dei gesti tecnici e arbitrali.

		contenuti emozionali /tecnici attraverso i gesti e il movimento	attraverso l'espressività motoria le funzioni utilizzate per l'attività e le regole arbitrali. • Utilizzare in forma espressiva, creativa, originale il proprio corpo e gli oggetti.	
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	1	• **Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria.**	• Acquisire i principali fondamentali individuali e le tecniche di squadra nei giochi praticati. • Relazionarsi positivamente mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi durante le fasi di gioco.	• Gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport. • Il valore etico dell'attività sportiva.

	2	• **Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria.**	• Acquisire i principali fondamentali individuali e le tecniche di squadra nei giochi praticati. • Relazionarsi positivamente mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi durante le fasi di gioco.	• Gli aspetti essenziali della terminologia, regolamento e tecnica degli sport. • Il valore etico dell'attività sportiva.
	3	• **Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, cooperando in equipe, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria.**	• Applicare strategie efficaci per la risoluzione di problemi di gioco. • Stabilire corretti rapporti interpersonali e mettere in atto comportamenti operativi e	• La tecnica e la tattica degli sport affrontati • L'aspetto educativo e socializzante degli sport.

			organizzativi all'interno del gruppo.	
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	1	• **Mettere in atto comportamenti adeguati per tutelare la sicurezza propria ed altrui.**	• Utilizzare correttamente gli attrezzi e praticare l'attività fisica con l'abbigliamento adeguato. • Mettere in atto, comportamenti funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita.	• Pericoli connessi all'attività motoria ed atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di se e dei compagni. • Nozioni di Igiene corporea, alimentare e comportamentale.
	2	• **Mettere in atto comportamenti adeguati per tutelare la sicurezza propria ed altrui.**	• Utilizzare correttamente gli attrezzi e praticare l'attività fisica con l'abbigliamento adeguato • Mettere in atto, comportamenti funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita.	• Pericoli connessi all'attività motoria ed atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di se e dei compagni. • Nozioni di Igiene corporea , alimentare e comportamentale.

	3	• **Mettere in atto comportamenti adeguati per tutelare la sicurezza propria ed altrui.** • **Adottare sani e corretti stili di vita.**	• Mettere in atto, in modo autonomo, comportamenti funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita. • Riconosce, applicando a se stessi, comportamenti corretti per uno stile di vita sano e un'efficace prevenzione.	• I principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti. • Il corretto rapporto tra l'esercizio fisico, l'alimentazione e il benessere, per un sano stile di vita.