



<p><b>sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi .</b></p> <p><b>F. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare.</b></p> <p><b>G. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</b></p>	<p>musicali, nel gioco simbolico e nelle drammatizzazioni.</p> <p><b>3.Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p> <p>3.1. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>3.2. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>3.3. Saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti.</p> <p><b>4.Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <p>4.1.Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p>	<p>3.Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>4.Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>		
--	--	--	--	--

## METODOLOGIA

Riunire il gruppo in cerchio, per comunicare gli obiettivi delle attività. Il linguaggio deve essere essenziale e

Accompagnare le spiegazioni degli esercizi con dimostrazioni pratiche.

Dare tempo ai bambini per elaborare delle strategie prima dell'inizio del gioco per favorire poi la riflessione su ciò che è avvenuto. Ogni gioco ha tre momenti: la preparazione delle strategie, il gioco vero e proprio e le riflessioni sull'operato e sui comportamenti osservati.

Aspettare il silenzio prima di dare il segnale di avvio di un gioco.

Stare in disparte durante il gioco. Seguire attentamente l'evoluzione dello stesso senza dare suggerimenti. L'insegnante deve insegnare a pescare non dare il pesce in bocca!

Stimolare la partecipazione attiva di ogni alunno per permettergli di pensare, vedere, capire, scegliere.

Non giudicare negativamente una difficoltà motoria, ma incoraggiare a riprovare. Il linguaggio deve essere ottimistico e incoraggiante.

Interrompere il gioco e tornare in cerchio per risolvere problemi comportamentali, chiarire consegne incomprese, affrontare eventuali conflitti.

Permettere ai giocatori di cambiare le regole del gioco.

Essere fermi nel richiedere il rispetto delle regole.

## **VALUTAZIONE**

Osservazione in itinere degli alunni durante il lavoro individuale, a coppie o a squadre, per risolvere i margini di miglioramento secondo i ritmi personali, per sollecitare le potenzialità in evoluzione, per monitorare i tempi di acquisizione di autoconsapevolezza e per accertare le abilità-competenze acquisite.

Osservazioni sistematiche dell'insegnante in riferimento all'attività motoria, al comportamento, al grado di responsabilità e di partecipazione dimostrato, al rispetto delle regole condivise durante il gioco e non, all'acquisizione dei principi e dei valori della cultura sportiva.

Verifiche a carattere ludico e pratico.

## **COMPITI SIGNIFICATIVI**

1.1 Riscaldamento, respirazione, rilassamento. Esercizi ginnici individuali e a coppie. Esercizi con utilizzo corretto degli attrezzi della palestra. Esercizi propedeutici al rafforzamento e allo sviluppo dello schema motorio del saltare, superare, scavalcare, afferrare, lanciare, ecc... anche in presenza di vincoli spazio-temporali.

1.2 Percorsi e circuiti con il superamento di ostacoli, anche in forma di gara.

1.3 Giochi individuali, a coppie, in piccoli gruppi, a squadre e prove a tempo in cui sperimentare schemi motori combinati.

2.1 Percorsi psicomotori

3.1 Giochi popolari.

3.2 Giochi sportivi d'Istituto a fine anno

3.3 Cooperare nel gruppo, confrontandosi lealmente, anche in una competizione, con i compagni. Rispetto delle regole.

**ISTITUTO COMPRESIVO "RITA LEVI-MONTALCINI" DI ALZANO LOMBARDO**  
**CURRICOLO DELLE COMPETENZE di MOTORIA - SCUOLA PRIMARIA – CLASSE SECONDA**

<b>COMPETENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>TEMPI</b>	<b>MONITORAGGIO</b>
<p>Individuare le caratteristiche essenziali del proprio corpo nella sua globalità</p> <p>Individuare e riconoscere le varie parti del corpo su di sé e gli altri</p> <p>Usare il proprio corpo rispetto alle varianti spaziali e temporali</p> <p>Coordinare tra loro alcuni schemi motori di base</p>	<p><b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <p>1-Conoscere le potenzialità di movimento delle parti del corpo</p> <p>2-Percepire e controllare le posizioni statiche e dinamiche del corpo (supino, prono, quadrupedia...)</p> <p>3-Conoscere il concetto di dx e sin sul proprio corpo</p> <p>4-Combinare e differenziare schemi motori diversi, globali e segmentari con e senza oggetti</p>	<p>Riscaldamento, respirazione. Esercizi di stretching Esercizi ginnici individuali utilizzando le diverse parti del corpo</p> <p>Esercizi ginnici a coppie</p> <p>Andature diverse e lateralità (destra e sinistra) su di sé e sui compagni</p> <p>Percorsi misti con utilizzo di attrezzi</p> <p><b>Compiti significativi</b> Gioco dello specchio a coppie Andature degli animali Giochi popolari (mondo, un due tre stella, quanti passi...)</p>	<p><b>Settembre</b> Giochi di accoglienza</p> <p><b>Ottobre- novembre-dicembre-gennaio</b></p> <p>I punti relativi alla disciplina verranno svolti senza vincoli di scadenze temporali e verranno ripresi nel corso di tutto l'anno scolastico.</p> <p><b>Febbraio-marzo-aprile-maggio</b> Resta confermato quanto espresso nel primo quadrimestre</p>	

<p>Padroneggiare gli schemi motori di base ed eseguire semplici consegne</p> <p>Conoscere l'ambiente in rapporto al proprio corpo e sapersi muovere in esso</p> <p>Utilizzare semplici attrezzi ginnici (palla, cerchi, corda...)</p> <p>Individuare le variazioni fisiologiche del proprio corpo nel passaggio dalla massima attività al rilassamento</p>	<p>5-Essere in grado di controllare il proprio corpo in situazioni di disequilibrio con e sopra attrezzi ginnici</p> <p>6-Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé agli oggetti e agli altri</p> <p>7-Riconoscere le modifiche fisiologiche del corpo durante l'attività motoria (battito, respirazione)</p>	<p>Percorsi semplici</p> <p>Percorsi con l'utilizzo del materiale per migliorare l'equilibrio del proprio corpo (corda, mattoncini, cerchi...)</p> <p>Percorsi con l'utilizzo di grandi attrezzi (asse di equilibrio, trave, spalliera, materasso)</p> <p><b>Compiti significativi</b> Le storie animate Caccia al tesoro</p> <p>Ascolto dei battiti in situazione di movimento (lento veloce) e di rilassamento</p>		
--	---	--	--	--

<p>Utilizzare il corpo e il movimento per esprimere vissuti e stati d'animo</p>	<p><b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa-espressiva</b></p> <p>8-Essere in grado di assumere posture e compiere gesti e azioni con finalità espressive e comunicative, in forma personale</p> <p>9-Essere in grado di eseguire semplici combinazioni comunicative individualmente e/o di gruppo</p>	<p>Andature imitative Esercizi di mimica</p> <p><b>Compiti significativi</b> Giochi: indovina il mestiere, l'animale, l'emozione...</p>		
<p>Rispettare le regole dei giochi</p>	<p><b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p> <p>11-Partecipare al gioco collettivo rispettando le indicazioni e le regole</p> <p>12-Assumere un atteggiamento positivo nella cooperazione, nell'accettazione dei ruoli, nel gioco e nella sconfitta</p> <p>13-Prestare attenzione, memorizzare azioni e semplici regole</p>	<p>Giochi liberi Giochi di gruppo Giochi di movimento e di coordinazione Giochi di squadra Approccio con alcune discipline sportive</p> <p><b>Compiti significativi</b> Giochi tradizionali (bandierina, palla battaglia, palla nome, gatto-topo...)</p>		

<p>Con l'aiuto dell'adulto conoscere le norme igieniche e le applica.</p>	<p><b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <p>14-Assumere comportamenti adeguati per le norme igieniche</p>	<p>Utilizzo di abbigliamento adeguato all'attività motoria</p>		
<p>Conoscere e praticare i primi comportamenti di prevenzione degli infortuni.</p>	<p>15-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni.</p>	<p>Utilizzo degli attrezzi in sicurezza</p>		

## METODOLOGIA

Riunire il gruppo in cerchio, per comunicare gli obiettivi delle attività. Il linguaggio deve essere essenziale e

Accompagnare le spiegazioni degli esercizi con dimostrazioni pratiche.

Dare tempo ai bambini per elaborare delle strategie prima dell'inizio del gioco per favorire poi la riflessione su ciò che è avvenuto. Ogni gioco ha tre momenti: la preparazione delle strategie, il gioco vero e proprio e le riflessioni sull'operato e sui comportamenti osservati.

Aspettare il silenzio prima di dare il segnale di avvio di un gioco.

Stare in disparte durante il gioco. Seguire attentamente l'evoluzione dello stesso senza dare suggerimenti. L'insegnante deve insegnare a pescare non dare il pesce in bocca!

Stimolare la partecipazione attiva di ogni alunno per permettergli di pensare, vedere, capire, scegliere.

Non giudicare negativamente una difficoltà motoria, ma incoraggiare a riprovare. Il linguaggio deve essere ottimistico e incoraggiante.

Interrompere il gioco e tornare in cerchio per risolvere problemi comportamentali, chiarire consegne incomprese, affrontare eventuali conflitti.

Permettere ai giocatori di cambiare le regole del gioco.

Essere fermi nel richiedere il rispetto delle regole.

## **VALUTAZIONE**

Osservazione in itinere

degli alunni durante il lavoro individuale, a coppie o a squadre,

per risolvere i margini di miglioramento secondo i ritmi personali, per sollecitare le potenzialità in evoluzione, per monitorare i tempi di acquisizione di autoconsapevolezza e per accertare le abilità-competenze acquisite.

Osservazioni sistematiche dell'insegnante in riferimento all'attività motoria, al comportamento, al grado di responsabilità e di partecipazione dimostrato, al rispetto delle regole condivise durante il gioco e non, all'acquisizione dei principi e dei valori della cultura sportiva. Verifiche a carattere ludico e pratico.

## **COMPITI SIGNIFICATIVI**

Gioco dello specchio a coppie

Andature degli animali

Giochi popolari (mondo, un due tre stella, quanti passi...)

Le storie animate

Caccia al tesoro

Giochi: indovina il mestiere, l'animale, l'emozione...

Giochi tradizionali (bandierina, palla battaglia, palla nome, gatto-topo...).



**ISTITUTO COMPRENSIVO “RITA LEVI-MONTALCINI” DI ALZANO LOMBARDO**  
**CURRICOLO DELLE COMPETENZE di MOTORIA - SCUOLA PRIMARIA – CLASSE TERZA**

<b>COMPETENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>TEMPI</b>	<b>MONITORAGGIO</b>
<p><b>A. Individuare le variazioni fisiologiche del proprio corpo (respirazione, sudorazione) nel passaggio dalla massima attività allo stato di rilassamento.</b></p> <p><b>B. Coordinare tra loro alcuni schemi motori di base con discreto autocontrollo.</b></p> <p><b>C. Utilizzare correttamente gli attrezzi ginnici e gli spazi di gioco secondo le consegne dell’insegnante.</b></p> <p><b>D. Partecipare a giochi di movimento tradizionali e di squadra, seguendo le regole e le istruzioni impartite dall’insegnante o dai compagni</b></p>	<p><b>1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <p>1.1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea</p> <p>1.2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p>	<p><b>1 A. Il corpo e la sua relazione con lo spazio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● La gestione dello spazio in rapporto con gli altri e con gli oggetti.</li> <li>● Orientamento nello spazio secondo le consegne.</li> </ul> <p><b>1 B. Il corpo e la sua relazione con il tempo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● La conoscenza di strutture regolari e irregolari (cadenza, struttura ritmica, successione temporale).</li> </ul> <p><b>1 C. Il corpo e la sua relazione spazio-temporale</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Riconoscimento della relazione di velocità tra oggetto e persona.</li> <li>● Adattamento dei propri movimenti alle sequenze ritmiche trasmesse.</li> <li>● Affinamento della capacità di coordinazione oculo-manuale.</li> </ul>	<p>INTERVENTI DEGLI ESPERTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● CORSO DI BOCCE</li> <li>● CORSO DI NUOTO</li> </ul>	

<p><b>E. Comprendere, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle; accettare i ruoli affidatigli nei giochi, seguire le osservazioni degli adulti e i limiti da essi impartiti nei momenti di conflittualità.</b></p> <p><b>F. Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</b></p> <p><b>G. Conoscere le misure dell'igiene personale che segue in autonomia; seguire le istruzioni per la sicurezza propria e altrui impartite dagli adulti.</b></p> <p><b>H. Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</b></p>	<p><b>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b></p> <p>2.1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>2.2. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p><b>3. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p> <p>3.1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gocosport.</p> <p>3.2. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>3.3. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>3.4. Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● La valutazione della corretta traiettoria compiuta dagli oggetti.</li> <li>● La valutazione delle sequenze temporali in giochi di squadra.</li> </ul> <p><b>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● La comunicazione gestuale (espressione corporea e creatività).</li> <li>● La capacità di osservazione, di attenzione e di concentrazione.</li> <li>● La capacità di apprendere semplici danze (popolari e non).</li> </ul> <p><b>3. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Il rispetto delle regole del gioco e della competizione sportiva.</li> <li>● La conoscenza di semplici strategie per la riuscita del gioco.</li> <li>● La conoscenza degli aspetti positivi del lavorare insieme.</li> <li>● La capacità di collaborare nei giochi di squadra in modo attivo, nel rispetto dei diversi ruoli.</li> </ul>		
--	---	---	--	--

	<p>accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> <p><b>4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b> 4.1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>4.2. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p><b>4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Conoscenza dell'utilizzo corretto delle attrezzature.</li> <li>● Rispetto delle norme igieniche.</li> </ul>		
--	--	---	--	--

## METODOLOGIA

1.1 Misurazioni tese alla consapevolezza di un sé corporeo in crescita. Riscaldamento, respirazione, rilassamento. Esercizi ginnici individuali e a coppie. Esercizi con utilizzo corretto degli attrezzi della palestra. Esercizi propedeutici al rafforzamento e allo sviluppo dello schema motorio del saltare, superare, scavalcare, afferrare, lanciare, etc ... anche in presenza di vincoli spazio-temporali.

1.2 Percorsi e circuiti con il superamento di ostacoli, anche in forma di gara

1.2 Giochi individuali, a coppie, in piccoli gruppi, a squadre e prove a tempo in cui sperimentare schemi motori combinati

2.1 Approccio a balli etnici.

2.2 Drammatizzazioni

3.1 Corso di nuoto. Corso di bocce.

3.2 Giochi popolari.

3.3 Giochi di squadra finalizzati alla sperimentazione dei diversi ruoli (attivi e regolativo/arbitrali), dei gesti tecnici specifici, delle modalità esecutive dello

spazio e delle regole

3.4 Giochi sportivi d'Istituto: Alzaniadi.

3.5 Cooperare nel gruppo, confrontandosi lealmente, anche in una competizione, con i compagni. Rispetto delle regole.

4.1 Approccio alla conoscenza delle norme di sicurezza dei vari ambienti di vita, anche attraverso l'intervento di esperti.

4.2 Approccio alla conoscenza del proprio corpo e consapevolezza del suo funzionamento e delle sue necessità: riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere fisico; controllare la respirazione, la frequenza cardiaca, il tono muscolare.

## **MATERIALI**

Attrezzi presenti in palestra

## **TEMPI**

Primo periodo: Corso di nuoto (secondo il calendario concordato), drammatizzazioni.

Secondo periodo: Corso di bocce (secondo la disponibilità degli esperti).

## **ORGANIZZAZIONE**

Corso di nuoto.

Corso di bocce.

Altre attività: organizzate dall'insegnante.

## **MONITORAGGIO \***

Osservazione in itinere degli alunni durante il lavoro individuale, a coppie o a squadre, per risolvere i margini di miglioramento secondo i ritmi personali, per sollecitare le potenzialità in evoluzione. Osservazioni sistematiche dell'insegnante in riferimento all'attività motoria, al comportamento, al grado di responsabilità e di partecipazione dimostrato, al rispetto delle regole condivise durante il gioco e non, all'acquisizione dei principi e dei valori della cultura sportiva. Verifiche a carattere ludico e pratico.

**ISTITUTO COMPRENSIVO "RITA LEVI-MONTALCINI" DI ALZANO LOMBARDO**  
**CURRICOLO DELLE COMPETENZE di MOTORIA - SCUOLA PRIMARIA – CLASSE QUARTA**

<b>COMPETENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>TEMPI</b>	<b>MONITORAGGIO</b>
<p><b>A. Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.</b></p> <p><b>B. Utilizzare gli aspetti comunicativi/relazionali del messaggio corporeo.</b></p> <p><b>C. Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</b></p>	<p><b>1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <p>1.1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea</p> <p>1.2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> <p><b>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-</b></p>	<p><b>1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Esercizi di lateralizzazione e di coordinazione senso-motoria</li> <li>● Percorsi con esercizi a tappe per il controllo del tono muscolare, dell'equilibrio e della posizione dei vari segmenti corporei</li> <li>● Esercizi di resistenza</li> </ul> <p><b>2. Il linguaggio del corpo</b></p>	<p>1.1 Intero anno scolastico</p> <p>1.2 Primo quadrimestre</p>	

<p><b>D. Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</b></p> <p><b>E. Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi .</b></p> <p><b>F. Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare.</b></p>	<p><b><i>espressiva</i></b></p> <p>2.1.Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>2.2.Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p><b><i>3.Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></b></p> <p>3.1.Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gocosport.</p> <p>3.2.Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>3.3.Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri .</p> <p>3.4.Rispettare le regole nella</p>	<p><b><i>come modalità comunicativo espressiva</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Movimenti del corpo per rappresentare situazioni ed emozioni diverse</li> </ul> <p><b><i>3.Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Giochi e lanci con la palla</li> <li>● Giochi di squadra in cui si debbano memorizzare e rispettare le regole e seguire tecniche specifiche</li> </ul>	<p>2 Intero anno scolastico</p> <p>3 Marzo – aprile: gocosport</p> <p>Maggio – giugno: gocosport</p>	
---	---	---	--	--

<p><b>G. Comprendere, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</b></p>	<p>competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> <p>3.5 Frequentare con regolarità le attività sportive proposte.</p> <p><b>4.Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <p>4.1.Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>4.2. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p><b>4.Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Movimenti coordinati e adeguati al contesto</li> <li>● Norme di sicurezza</li> <li>● Rapporto tra alimentazione e esercizio fisico in relazione a sani stili di vita</li> </ul>	<p>4.1 Intero anno scolastico</p> <p>4.2 Secondo quadrimestre</p> <p>Le tempistiche indicate per le attività di giocosport sono indicative, poichè saranno concordate successivamente con gli esperti. Gli obiettivi preventivati nelle sezioni 1, 2, 4 saranno pertanto perseguiti nei restanti periodi.</p>	
--	---	--	---	--

## **METODOLOGIA**

L'attività motoria sarà generalmente suddivisa in quattro parti: avviamento (riscaldamento e esercizi di preparazione); attività specifica; gioco di squadra (riproposta di quanto appreso in forma ludica); termine della lezione ( ritorno graduale alla normalità funzionale, verbalizzazione).

Saranno incentivati comportamenti adattivi alla situazione sia essa competitiva o collaborativa. L'alunno sarà supportato nel raggiungimento delle proprie autonomie motorie, nell'attivazione di comportamenti sempre più funzionali: rispetto all'attività e alla relazione con gli altri. L'insegnante, inoltre, avrà cura di integrare l'aspetto della competizione in quello più ampio e ludico.

## **VALUTAZIONE**

Avverrà tramite osservazioni sistematiche e il confronto con gli esperti.

## **COMPITI SIGNIFICATIVI**

Realizzazione di balli corali che coinvolgono il gruppo classe.

Drammatizzazioni

Partecipazione ai corsi sportivi: nuoto, Corso di hip hop.

Partecipazione ai giochi sportivi d'Istituto.



**ISTITUTO COMPRENSIVO "RITA LEVI-MONTALCINI" DI ALZANO LOMBARDO**  
**CURRICOLO DELLE COMPETENZE di MOTORIA - SCUOLA PRIMARIA – CLASSE QUINTA**

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE	TEMPI	MONITORAGGIO
<p><b>A. L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.</b></p> <p><b>B. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</b></p> <p><b>C. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</b></p> <p><b>D. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</b></p>	<p><b>1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>            1.1.Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea            1.2.Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> <p><b>2.Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>            2.1.Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.            2.2.Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive,</p>	<p>1.Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>2.Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</p>	<p>1.1 Misurazioni tese alla consapevolezza di un sé corporeo in crescita. Riscaldamento, respirazione, rilassamento. Esercizi ginnici individuali e a coppie. Esercizi con utilizzo corretto degli attrezzi della palestra. Esercizi di rafforzamento e applicazione degli schemi motori sviluppati: saltare, superare, scavalcare, afferrare, lanciare, ecc...anche in presenza di vincoli spazio-temporali. Esercizi propedeutici allo sviluppo di competenze specifiche della disciplina sportiva proposta.</p> <p>1.2 Percorsi e circuiti con il superamento di ostacoli, anche in forma di gara</p> <p>1.2 Giochi individuali, a coppie, in piccoli gruppi, a squadre e prove a tempo in cui sperimentare schemi motori combinati</p> <p>2.1 Approccio a balli etnici.</p> <p>2.2 Lezioni elaborate dai bambini in piccolo gruppo e proposti al gruppo classe.</p>	<p>Confronto d'inizio anno in occasione delle parallele, consigliabile anche in itinere.</p>

**E. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi .**

**F. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare.**

**G. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.**

### ***3.Il gioco, lo sport, le regole e il fair play***

3.1.Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gocosport.

3.2.Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.

3.3.Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.

3.4.Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.

### ***4.Salute e benessere, prevenzione e sicurezza***

4.1.Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

4.2. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.

3.Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

### 2.3 Drammatizzazioni

3.1 Corso di nuoto. Corso di hip hop.

3.2 Giochi popolari.

3.3 Giochi di squadra finalizzati alla sperimentazione dei diversi ruoli (attivi e regolativo/arbitrali), dei gesti tecnici specifici, delle modalità esecutive dello spazio e delle regole

3.4 Giochi sportivi d'Istituto: Alzaniadi.

3.5 Cooperare nel gruppo, confrontandosi lealmente, anche in una competizione, con i compagni. Rispetto delle regole.

4.1 Conoscenza delle norme di sicurezza dei vari ambienti di vita, anche attraverso l'intervento di esperti.

4.2 Approccio alla conoscenza del proprio corpo e consapevolezza del suo funzionamento e delle sue necessità: riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere fisico; controllare la respirazione, la frequenza cardiaca, il tono muscolare.

## **MATERIALI**

Attrezzi presenti in palestra

Campo di atletica

			<b>TEMPI</b>	
			<b>ORGANIZZAZIONE</b>	

## **METODOLOGIA**

IMPOSTAZIONE DELL'INSEGNANTE E DI ESPERTI DI DISCIPLINE SPORTIVE (ATLETICA-BASKET)

AUTONOMIA ALUNNO

COOPERAZIONE GRUPPO

CONTESTO LUDICO

## **COMPITI SIGNIFICATIVI TRASVERSALI**

Vedi la Programmazione Educativa d'Istituto contestualizzata sulla classe.

- 1- Vedi programmazione di musica e storia-geografia per quanto riguarda l'orientamento spazio-temporale, la lateralità e il senso del ritmo; di matematica (il linguaggio della programmazione del Coding)
- 2- Vedi programmazioni di italiano (confronto di idee e opinioni, spirito d'iniziativa, capacità di valorizzare le idee degli altri, obiettività di fronte alla sconfitta) e di musica (il corpo si esprime e comunica emozioni)
3. Vedi programmazione di italiano (educazione alla cittadinanza).
- 4- Vedi programmazione di scienze (es. sistema neuro-vegetativo, cardiorespiratorio, cardiocircolatorio e le educazioni: alimentare e sessuale),

## **VALUTAZIONE-COMPITI SIGNIFICATIVI**

Osservazione in itinere

degli alunni durante il lavoro individuale, a coppie o a squadre,

per risolvere i margini di miglioramento secondo i ritmi personali, per sollecitare le potenzialità in evoluzione, per monitorare i tempi di acquisizione di autoconsapevolezza e per accertare le abilità-competenze acquisite.

Osservazioni sistematiche dell'insegnante in riferimento all'attività motoria, al comportamento, al grado di responsabilità e di partecipazione dimostrato, al rispetto delle regole condivise durante il gioco e non, all'acquisizione dei principi e dei valori della cultura sportiva.

Verifiche a carattere ludico e pratico.

ISTITUTO COMPRENSIVO "RITA LEVI MONTALCINO" DI ALZANO LOMBARDO  
CURRICOLO DELLE COMPETENZE DI EDUCAZIONE FISICA  
SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO - CLASSE 1<sup>A</sup> MEDIA

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	TEMPI	COMPITI SIGNIFICATIVI
<p><b>A. L'alunno comincia a prendere coscienza delle proprie competenze motorie, sia nei punti di forza sia nei limiti. Acquisisce abilità motorie di base.</b></p>	<p><b>1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <p>1.1 L'alunno utilizza e trasferisce le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>1.2 Utilizza l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>1.3 Sapersi orientare nell'ambiente naturale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consolidamento delle capacità coordinative               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Destrezza, agilità, equilibrio statico e dinamico</li> <li>- Orientamento spazio-tempo</li> </ul> </li> <li>• I cambiamenti fisici Presa di coscienza delle capacità condizionali: forza, rapidità, resistenza, mobilità articolare, velocità</li> <li>• Conoscere e saper rilevare il battito cardiaco</li> </ul>	1° QUADRIMESTRE	<p>Partecipare ad una gara di istituto in ambiente naturale</p> <p>Campionati studenteschi</p>
	<p><b>B. L'alunno rispetta le regole del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri ed è capace di integrarsi nel gruppo.</b></p>	<p><b>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b></p> <p>2.1 L'alunno conosce e applica semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <p>2.2 Decodifica i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>2.3 Decodifica i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p> <p><b>3. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p> <p>3.1 Padroneggia le molteplici capacità coordinative adattandole alle situazioni</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo, elementi di ginnastica artistica.</li> <li>• Presa di coscienza del canale cinestetico, tattile, visivo, uditivo, percettivo.</li> <li>• Conoscenza di alcuni gesti arbitrari.</li> <li>• Elementi tecnici e regolamentari di alcuni sport, in particolare quelli realizzati a livello scolastico</li> </ul>	<p>1° QUADRIMESTRE</p> <p>1°/2° QUADRIMESTRE</p>

<p><b>C. Riconosce comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine ad un sano stile di vita e rispetta criteri base di sicurezza per se e per gli altri</b></p>	<p>richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>3.2 Realizza strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>3.3 Conosce e applica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>3.4 Sa 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.</p> <p><b>4 Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <p>4.1 L’alunno acquista consapevolezza dei cambiamenti morfologici caratteristici dell’età ed applica a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>4.2 Modula lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e applica tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>4.3 Dispone, utilizza e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.</p> <p>4.4 Adotta comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>4.5 Pratica attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le specialità dell’atletica</li> <li>• L’attività sportiva come valore etico <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valore del confronto e della competizione</li> </ul> </li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presa di coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l’autovalutazione delle personali capacità e performance</li> <li>• Effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie <ul style="list-style-type: none"> <li>• Norme fondamentali di prevenzione degli infortuni legati alla attività fisica.</li> </ul> </li> </ul>	<p>1°/2° QUADRIMESTRE</p>	<p>Collaborare e rispettare l’avversario durante il gioco (sicurezza e prevenzione)</p>
---	--	--	---------------------------	---

## Metodologia

Considerando l'intensità e la gradualità delle proposte operative, il percorso di d'apprendimento sarà articolato in una proposta iniziale globale, seguita da un momento sintetico-analitico, privilegiando la comprensione e la ricerca da parte dell'alunno della corretta azione motoria.

Le attività potranno essere svolte: per gruppo classe, per gruppi di lavoro, a coppie, individualmente, adattando le varie proposte didattiche alle esigenze contingenti con l'obiettivo di raggiungere il massimo coinvolgimento di ciascun alunno.

### • Fasi dell'attività didattica:

- vengono dichiarati gli obiettivi e le finalità dell'attività proposta (organizzatori anticipati)
- vengono esplicitate le prestazioni richieste
- viene privilegiata l'operatività
- viene utilizzato il metodo "problem solving" (basato sulla ricerca e scoperta dell'alunno)

### • Organizzazione dell'insegnamento personalizzato (tempi e metodi):

- adattamento dei tempi e dei metodi ai contenuti della programmazione
- attenzione alle difficoltà
- esercitazioni guidate e differenziate a livello crescente di difficoltà

### • Attività di recupero e sostegno

- attività di recupero saranno svolte nel corso delle normali lezioni curriculari (interventi compensativi, per gruppi di livello, ecc. al fine di ottimizzare al meglio il massimo raggiungimento delle performances)
- per gli alunni che presentano particolari difficoltà saranno previste esercitazioni guidate, prove e attività differenziate e semplificate su obiettivi minimi.

### • Strumenti di lavoro

- verranno utilizzate le attrezzature ginniche a disposizione della palestra. Per lo svolgimento della parte teorica potranno essere utilizzati testi, fotocopie e sussidi audiovisivi.

## Valutazioni

Attraverso l'osservazione continua e l'utilizzo dei test psicomotori (test di Cooper, di velocità, di salto in lungo pari, lancio della palla medica, circuito di destrezza e agilità, etc), si verificherà l'evoluzione di ogni alunno mentre svolge l'attività motoria.

In tal modo si potrà verificare che gli obiettivi prefissati sono stati raggiunti. Pertanto si terrà conto anche dell'impegno, della partecipazione e del comportamento.

Anche schede e questionari potranno essere somministrati allo scopo di controllare l'acquisizione di schemi o di contenuti di argomenti teorici.

### BISOGNI EDUCATI SPECIALI

Per gli alunni con situazioni particolari, i contenuti richiesti, pur riguardando gli stessi argomenti, saranno calibrati sulle effettive capacità e sui loro tempi di apprendimento.

Le prove e le attività, a volte, saranno differenziate e semplificate su obiettivi minimi.

## GRIGLIA DI VALUTAZIONE – EDUCAZIONE FISICA

↓Indicatori Livelli→	10	9	8	7	6	5	4
<p><b>A</b></p> <p><b>Aspetto motorio</b></p> <p><u>Descrittori →</u></p>	Realizza gesti efficaci nei risultati e armonici nell'esecuzione	Realizza gesti tecnicamente corretti	L'organizzazione del movimento si svolge in modo plastico e l'azione risulta nel complesso valida,	L'organizzazione del movimento si svolge in modo discretamente plastico	Il gesto effettuato è globalmente accettabile nelle modalità di esecuzione. I risultati dell'azione sono sufficienti	L'esecuzione dei movimenti è approssimativa e denota una insufficiente organizzazione psicomotoria. Il risultato dell'azione non è sempre evidente	La scarsa organizzazione psicomotoria e la non corretta padronanza delle modalità di esecuzione rendono inefficace l'azione compiuta
<p><b>B</b></p> <p><b>Aspetto tecnico e tattico degli sport individuali e a squadra</b></p> <p><u>Descrittori →</u></p>	In tutte le situazioni applica soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco	Applica soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco	Sempre utilizza correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco	Utilizza correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco	Esegue i fondamentali con qualche incertezza	Esegue i fondamentali in modo impreciso ed approssimativo	Non sa eseguire i fondamentali rifiutandosi di giocare o di svolgere l'esercizio
<p><b>C</b></p> <p><b>Aspetto cognitivo</b></p> <p><u>Descrittori →</u></p>	Conosce gli argomenti in modo completo e dettagliato	Conosce gli argomenti in modo completo	Conosce i contenuti della materia e adotta un linguaggio generalmente appropriato. Sa cogliere i riferimenti teorici essenziali nello svolgimento delle attività	Conosce discretamente i contenuti della materia e adotta un linguaggio generalmente appropriato. Sa cogliere i riferimenti teorici essenziali nello svolgimento delle attività	Conosce e comprende i contenuti nelle linee fondamentali, e utilizza un lessico sufficientemente adeguato	Conosce in modo parziale gli argomenti e fa un uso impreciso ed approssimativo dei termini	Dimostra gravi lacune nella conoscenza degli argomenti; l'esposizione e l'espressione sono
<p><b>D</b></p> <p><b>Aspetto comportamentale</b></p> <p><u>Descrittori →</u></p>	Partecipa costantemente in modo attivo e con elevato interesse. Svolge un ruolo di leader all'interno del gruppo coinvolgendo anche i compagni; sempre molto corretto e responsabile, si impegna con rigore e metodo	Partecipa costantemente in modo attivo. Svolge un ruolo positivo all'interno del gruppo coinvolgendo anche i compagni; sempre molto corretto e responsabile, si impegna con rigore e metodo	Partecipa attivamente e in modo proficuo nei momenti essenziali, collabora con i compagni e si impegna costantemente in modo adeguato alle richieste. Generalmente corretto e responsabile	Partecipa in modo proficuo nei momenti essenziali, collabora con i compagni e si impegna costantemente in modo adeguato alle richieste. Generalmente corretto e responsabile	Partecipa in modo continuo, ma poco attivo. Collabora con i compagni se sostenuto; si impegna in modo sufficientemente accettabile rispettando le regole stabilite	Partecipa in modo discontinuo ed è poco disponibile alla collaborazione. Adotta un comportamento dispersivo o di disturbo e si impegna in modo superficiale e settoriale	Partecipa saltuariamente e con poco interesse. Non collabora con i compagni e si controlla con difficoltà; disturba frequentemente e mostra notevoli carenze nell'impegno

ISTITUTO COMPRENSIVO "RITA LEVI MONTALCINI" DI ALZANO LOMBARDO  
CURRICOLO DELLE COMPETENZE DI EDUCAZIONE FISICA  
SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO - CLASSE 2<sup>A</sup> MEDIA

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	TEMPI	COMPITI SIGNIFICATIVI
<p><b>A. L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie, sia nei punti di forza sia nei limiti e sa utilizzare le abilità acquisite.</b></p>	<p><b>1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <p>1.1 L'alunno utilizza e trasferisce le abilità per realizzare gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>1.2 Utilizza l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>1.3 Utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p> <p>1.4 Sa orientarsi nell'ambiente naturale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consolidamento delle capacità coordinative               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Destrezza, agilità, equilibrio statico e dinamico</li> <li>- Orientamento spazio-tempo</li> </ul> </li> <li>• Livello di sviluppo e tecniche di miglioramento delle capacità condizionali</li> </ul>	1° QUADRIMESTRE	Partecipare ad una gara di istituto Impostare un semplice progetto motorio: costruire un circuito
	<p><b>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b></p> <p>2.1 Conosce e applica semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <p>2.2 Decodifica i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>2.3 Decodifica i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo, elementi di ginnastica artistica.</li> <li>• Presa di coscienza del canale cinestetico, tattile, visivo, uditivo, percettivo.</li> <li>• Conoscenza di alcuni gesti arbitrari.</li> </ul>	1° QUADRIMESTRE	Costruire una sequenza con gli elementi di pre-acrobatica
	<p><b>3. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p> <p>3.1 Padroneggia le molteplici capacità coordinative e le adatta alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa e propone anche varianti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elementi tecnici e regolamentari di alcuni sport, in particolare quelli realizzati a livello scolastico</li> <li>• Le specialità dell'atletica</li> </ul>	1°/2° QUADRIMESTRE	Organizzare un torneo di classe di un gioco presentato



<p><b>C. L'alunno riconosce, ricerca ed applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione; rispetta criteri base di sicurezza per se e per gli altri</b></p>	<p>3.2 Realizza strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>3.3 Conosce e applica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>3.4 L'alunno gestisce 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.</p> <p><b>4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <p>4.1 L'alunno acquista consapevolezza dei cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applica a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>4.2 Modulare lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e applica tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>4.3 Dispone, utilizza e ripone correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>4.4 Adotta comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>4.5 Pratica attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'attività sportiva come valore etico</li> <li>● Valore del confronto e della competizione</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Presa di coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l'autovalutazione delle personali capacità e performance</li> <li>● Effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie</li> <li>● Alimentazione e sport</li> </ul>	<p>1°/2° QUADRIMESTRE</p>	<p>Assumere comportamenti corretti nelle varie situazioni competitive</p>
--	--	--	---------------------------	---

## Metodologia

Considerando l'intensità e la gradualità delle proposte operative, il percorso di apprendimento sarà articolato in una proposta iniziale globale, seguita da un momento sintetico-analitico, privilegiando la comprensione e la ricerca da parte dell'alunno della corretta azione motoria.

Le attività potranno essere svolte: per gruppo classe, per gruppi di lavoro, a coppie, individualmente, adattando le varie proposte didattiche alle esigenze contingenti con l'obiettivo di raggiungere il massimo coinvolgimento di ciascun alunno.

### • Fasi dell'attività didattica:

- vengono dichiarati gli obiettivi e le finalità dell'attività proposta (organizzatori anticipati)
- vengono esplicitate le prestazioni richieste
- viene privilegiata l'operatività
- viene utilizzato il metodo "problem solving" (basato sulla ricerca e scoperta dell'alunno)

### • Organizzazione dell'insegnamento personalizzato (tempi e metodi):

- adattamento dei tempi e dei metodi ai contenuti della programmazione
- attenzione alle difficoltà
- esercitazioni guidate e differenziate a livello crescente di difficoltà

### • Attività di recupero e sostegno

- attività di recupero saranno svolte nel corso delle normali lezioni curriculari (interventi compensativi, per gruppi di livello, ecc. al fine di ottimizzare al meglio il massimo raggiungimento delle performances)
- per gli alunni che presentano particolari difficoltà saranno previste esercitazioni guidate, prove e attività differenziate e semplificate su obiettivi minimi.

### • Strumenti di lavoro

- verranno utilizzate le attrezzature ginniche a disposizione della palestra. Per lo svolgimento della parte teorica potranno essere utilizzati testi, fotocopie e sussidi audiovisivi.

<p style="text-align: center;"><b>Valutazioni</b></p> <p>Attraverso l'osservazione continua e l'utilizzo dei test psicomotori (test di Cooper, di velocità, di salto in lungo pari, lancio della palla medica, circuito di destrezza e agilità, etc), si verificherà l'evoluzione di ogni alunno mentre svolge l'attività motoria.</p> <p>In tal modo si potrà verificare che gli obiettivi prefissati sono stati raggiunti. Pertanto si terrà conto anche dell'impegno, della partecipazione e del comportamento.</p> <p>Anche schede e questionari potranno essere somministrati allo scopo di controllare l'acquisizione di schemi o di contenuti di argomenti teorici.</p> <p><b>BISOGNI EDUCATI SPECIALI</b></p>	GRIGLIA DI VALUTAZIONE – EDUCAZIONE FISICA							
	↓Indicatori Livelli→	10	9	8	7	6	5	4
<p style="text-align: center;"><b>A</b></p> <p><b>Aspetto motorio</b></p> <p style="text-align: center;"><u>Descrittori →</u></p>	Realizza gesti efficaci nei risultati e armonici nell'esecuzione	Realizza gesti tecnicamente corretti	L'organizzazione del movimento si svolge in modo plastico e l'azione risulta nel complesso valida,	L'organizzazione del movimento si svolge in modo discretamente plastico	Il gesto effettuato è globalmente accettabile nelle modalità di esecuzione. I risultati dell'azione sono sufficienti	L'esecuzione dei movimenti è approssimativa e denota una insufficiente organizzazione psicomotoria. Il risultato dell'azione non è sempre evidente	La scarsa organizzazione psicomotoria e la non corretta padronanza delle modalità di esecuzione rendono inefficace l'azione compiuta	
<p style="text-align: center;"><b>B</b></p> <p><b>Aspetto tecnico e tattico degli sport individuali e a squadra</b></p> <p style="text-align: center;"><u>Descrittori →</u></p>	In tutte le situazioni applica soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco	Applica soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco	Sempre utilizza correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco	Utilizza correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco	Esegue i fondamentali con qualche incertezza	Esegue i fondamentali in modo impreciso ed approssimativo	Non sa eseguire i fondamentali rifiutandosi di giocare o di svolgere l'esercizio	
<p style="text-align: center;"><b>C</b></p> <p><b>Aspetto cognitivo</b></p> <p style="text-align: center;"><u>Descrittori →</u></p>	Conosce gli argomenti in modo completo e dettagliato	Conosce gli argomenti in modo completo	Conosce i contenuti della materia e adotta un linguaggio generalmente appropriato. Sa cogliere i riferimenti teorici essenziali nello svolgimento delle attività	Conosce discretamente i contenuti della materia e adotta un linguaggio generalmente appropriato. Sa cogliere i riferimenti teorici essenziali nello svolgimento delle attività	Conosce e comprende i contenuti nelle linee fondamentali, e utilizza un lessico sufficientemente adeguato	Conosce in modo parziale gli argomenti e fa un uso impreciso ed approssimativo dei termini	Dimostra gravi lacune nella conoscenza degli argomenti; l'esposizione e l'espressione sono	

<p>Per gli alunni con situazioni particolari, i contenuti richiesti, pur riguardando gli stessi argomenti, saranno calibrati sulle effettive capacità e sui loro tempi di apprendimento.</p> <p>Le prove e le attività, a volte, saranno differenziate e semplificate su obiettivi minimi.</p>	<p style="text-align: center;"><b>D</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Aspetto comportamentale</b></p> <p style="text-align: center;"><u>Descrittori →</u></p>	<p>Partecipa costantemente in modo attivo e con elevato interesse. Svolge un ruolo di leader all'interno del gruppo coinvolgendo anche i compagni; sempre molto corretto e responsabile, si impegna con rigore e metodo</p>	<p>Partecipa costantemente in modo attivo. Svolge un ruolo positivo all'interno del gruppo coinvolgendo anche i compagni; sempre molto corretto e responsabile, si impegna con rigore e metodo</p>	<p>Partecipa attivamente e in modo proficuo nei momenti essenziali, collabora con i compagni e si impegna costantemente in modo adeguato alle richieste. Generalmente corretto e responsabile</p>	<p>Partecipa in modo proficuo nei momenti essenziali, collabora con i compagni e si impegna costantemente in modo adeguato alle richieste. Generalmente corretto e responsabile</p>	<p>Partecipa in modo continuo, ma poco attivo. Collabora con i compagni se sostenuto; si impegna in modo sufficientemente accettabile rispettando le regole stabilite</p>	<p>Partecipa in modo discontinuo ed è poco disponibile alla collaborazione. Adotta un comportamento dispersivo o di disturbo e si impegna in modo superficiale e settoriale</p>	<p>Partecipa saltuariamente e con poco interesse. Non collabora con i compagni e si controlla con difficoltà; disturba frequentemente e mostra notevoli carenze nell'impegno</p>
--	---	---	--	---	---	---	---	--



<p><b>impegnarsi per il bene comune</b></p>	<p>3.2 Realizza strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>3.3 Conosce e applica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>3.4 Gestisce 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valore del confronto e della competizione</li> </ul>		
<p><b>C. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita</b></p>	<p><b>4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <p>4.1 L'alunno acquista consapevolezza dei cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>4.2 Modula lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e applica le tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>4.3 Dispone, utilizza e ripone correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>4.4 Adotta comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>4.5 Pratica attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rapporto tra attività fisica e i cambiamenti fisici e psicologici delle preadolescenza.</li> <li>• Relazione tra sport e impatto ambientale</li> <li>• La droga e il mondo dello sport</li> </ul>	<p>1°/2° QUADRIMESTRE</p>	<p>Redigere un compito individuale con esercizi specifici per muoversi in sicurezza</p>

RACCORDI INTERDISCIPLINARI	<p>L'Educazione fisica è una disciplina che offre molteplici motivazioni e raccordi interdisciplinari poiché, esercitando la capacità dell'alunno a comunicare, a situarsi nello spazio e nel tempo, ad esprimere i propri stati d'animo e a relazionarsi con gli altri, permette l'acquisizione di competenze linguistiche, logico-matematiche e artistiche.</p> <p>Infatti attraverso l'attività motoria si può favorire lo sviluppo delle seguenti competenze:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> di comunicazione e di espressione;</li> <li><input type="checkbox"/> di relazione;</li> <li><input type="checkbox"/> delle abilità cognitive;</li> <li><input type="checkbox"/> delle capacità percettive;</li> <li><input type="checkbox"/> delle coordinate spazio/temporali e i relativi concetti.</li> </ul>
----------------------------	--

<b>Metodologia</b>	<p>Considerando l'intensità e la gradualità delle proposte operative, il percorso di d'apprendimento sarà articolato in una proposta iniziale globale, seguita da un momento sintetico-analitico, privilegiando la comprensione e la ricerca da parte dell'alunno della corretta azione motoria.</p> <p>Le attività potranno essere svolte: per gruppo classe, per gruppi di lavoro, a coppie, individualmente, adattando le varie proposte didattiche alle esigenze contingenti con l'obiettivo di raggiungere il massimo coinvolgimento di ciascun alunno.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fasi dell'attività didattica:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vengono dichiarati gli obiettivi e le finalità dell'attività proposta (organizzatori anticipati)</li> <li>• vengono esplicitate le prestazioni richieste</li> <li>• viene privilegiata l'operatività</li> <li>• viene utilizzato il metodo "problem solving" (basato sulla ricerca e scoperta dell'alunno)</li> </ul> </li> <li>• <b>Organizzazione</b> dell'insegnamento personalizzato (tempi e metodi): <ul style="list-style-type: none"> <li>• adattamento dei tempi e dei metodi ai contenuti della programmazione</li> <li>• attenzione alle difficoltà</li> <li>• esercitazioni guidate e differenziate a livello crescente di difficoltà</li> </ul> </li> <li>• <b>Attività di recupero e sostegno</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• attività di recupero saranno svolte nel corso delle normali lezioni curriculari (interventi compensativi, per gruppi di livello, ecc. al fine di ottimizzare al meglio il massimo raggiungimento delle performances)</li> <li>• per gli alunni che presentano particolari difficoltà saranno previste esercitazioni guidate, prove e attività differenziate e semplificate su obiettivi minimi.</li> </ul> </li> </ul>
--------------------	---

• **Strumenti di lavoro**

- verranno utilizzate le attrezzature ginniche a disposizione della palestra. Per lo svolgimento della parte teorica potranno essere utilizzati testi, fotocopie e sussidi audiovisivi.

**GRIGLIA DI VALUTAZIONE – EDUCAZIONE FISICA**

↓Indicatori Livelli→	10	9	8	7	6	5	4
	<p><b>Valutazioni</b></p> <p>Attraverso l'osservazione continua e l'utilizzo dei test psicomotori (test di Cooper, di velocità, di salto in lungo pari, lancio della palla medica, circuito di destrezza e agilità, etc), si verificherà l'evoluzione di ogni alunno mentre svolge l'attività motoria.</p> <p>In tal modo si potrà verificare che gli obiettivi prefissati sono stati raggiunti. Pertanto si terrà conto anche dell'impegno, della partecipazione e del comportamento.</p> <p>Anche schede e questionari potranno essere somministrati allo scopo di controllare l'acquisizione di schemi o di contenuti di argomenti teorici.</p> <p><b>BISOGNI EDUCATI SPECIALI</b></p> <p>Per gli alunni con situazioni particolari, i contenuti richiesti, pur</p>	<p><b>A</b></p> <p><b>Aspetto motorio</b></p> <p><u>Descrittori →</u></p> <p>Realizza gesti efficaci nei risultati e armonici nell'esecuzione</p>	<p>Realizza gesti tecnicamente corretti</p>	<p>L'organizzazione del movimento si svolge in modo plastico e l'azione risulta nel complesso valida,</p>	<p>L'organizzazione del movimento si svolge in modo discretamente plastico</p>	<p>Il gesto effettuato è globalmente accettabile nelle modalità di esecuzione. I risultati dell'azione sono sufficienti</p>	<p>L'esecuzione dei movimenti è approssimativa e denota una insufficiente organizzazione psicomotoria. Il risultato dell'azione non è sempre evidente</p>
<p><b>B</b></p> <p><b>Aspetto tecnico e tattico degli sport individuali e a squadra</b></p> <p><u>Descrittori →</u></p>	<p>In tutte le situazioni applica soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco</p>	<p>Applica soluzioni tattiche adeguate alle varie problematiche di gioco</p>	<p>Sempre utilizza correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco</p>	<p>Utilizza correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco</p>	<p>Esegue i fondamentali con qualche incertezza</p>	<p>Esegue i fondamentali in modo impreciso ed approssimativo</p>	<p>Non sa eseguire i fondamentali rifiutandosi di giocare o di svolgere l'esercizio</p>
<p><b>C</b></p> <p><b>Aspetto cognitivo</b></p> <p><u>Descrittori →</u></p>	<p>Conosce gli argomenti in modo completo e dettagliato</p>	<p>Conosce gli argomenti in modo completo</p>	<p>Conosce i contenuti della materia e adotta un linguaggio generalmente appropriato. Sa cogliere i riferimenti teorici essenziali nello svolgimento delle attività</p>	<p>Conosce discretamente i contenuti della materia e adotta un linguaggio generalmente appropriato. Sa cogliere i riferimenti teorici essenziali nello svolgimento delle attività</p>	<p>Conosce e comprende i contenuti nelle linee fondamentali, e utilizza un lessico sufficientemente adeguato</p>	<p>Conosce in modo parziale gli argomenti e fa un uso impreciso ed approssimativo dei termini</p>	<p>Dimostra gravi lacune nella conoscenza degli argomenti; l'esposizione e l'espressione sono</p>



<p>riguardando gli stessi argomenti, saranno calibrati sulle effettive capacità e sui loro tempi di apprendimento. Le prove e le attività, a volte, saranno differenziate e semplificate su obiettivi minimi.</p>	<p style="text-align: center;"><b>D</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Aspetto comportamentale</b></p> <p style="text-align: center;"><u>Descrittori</u> →</p>	<p>Partecipa costantemente in modo attivo e con elevato interesse. Svolge un ruolo di leader all'interno del gruppo coinvolgendo anche i compagni; sempre molto corretto e responsabile, si impegna con rigore e metodo</p>	<p>Partecipa costantemente in modo attivo. Svolge un ruolo positivo all'interno del gruppo coinvolgendo anche i compagni; sempre molto corretto e responsabile, si impegna con rigore e metodo</p>	<p>Partecipa attivamente e in modo proficuo nei momenti essenziali, collabora con i compagni e si impegna costantemente in modo adeguato alle richieste. Generalmente corretto e responsabile</p>	<p>Partecipa in modo proficuo nei momenti essenziali, collabora con i compagni e si impegna costantemente in modo adeguato alle richieste. Generalmente corretto e responsabile</p>	<p>Partecipa in modo continuo, ma poco attivo. Collabora con i compagni se sostenuto; si impegna in modo sufficientemente accettabile rispettando le regole stabilite</p>	<p>Partecipa in modo discontinuo ed è poco disponibile alla collaborazione. Adotta un comportamento dispersivo o di disturbo e si impegna in modo superficiale e settoriale</p>	<p>Partecipa saltuariamente e con poco interesse. Non collabora con i compagni e si controlla con difficoltà; disturba frequentemente e mostra notevoli carenze nell'impegno</p>
---	---	---	--	---	---	---	---	--

<h2>VALUTAZIONE</h2>	<p style="text-align: center;"><b>CERTIFICAZIONE DELLE COMPETENZE</b> (solo per le classi terze)</p> <p><u>Livello Indicatori esplicativi</u></p> <p><b>A – Avanzato</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- padronanza completa/eccellente delle abilità;</li> <li>- partecipazione attiva/responsabile;</li> <li>- esecuzione sicura, corretta e veloce;</li> <li>- conoscenza, rispetto e applicazione delle regole</li> <li>- adozione di un sano e corretto stile di vita</li> </ul> <p><b>B – Intermedio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uso generalmente sicuro delle abilità;</li> <li>- partecipazione continua e attiva;</li> <li>- esecuzione sicura;</li> <li>- rispetto di tutte le regole.</li> </ul> <p><b>C – Base</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uso corretto delle abilità;</li> <li>- partecipazione adeguata;</li> <li>- esecuzione corretta;</li> <li>- rispetto delle regole principali.</li> </ul> <p><b>D – Iniziale</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uso parziale e/o semplice delle abilità;</li> </ul>
----------------------	---

- |  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>- partecipazione passiva e/o limitata;</li><li>- esecuzione incerta e/o difficoltosa;</li><li>- ☒ rispetto inadeguato e/o parziale delle regole.</li><li>-</li></ul> |
|--|--|