

Disciplina: **EDUCAZIONE FISICA**

MODULAZIONE TRIENNALE degli OBIETTIVI definiti per lo sviluppo dei TRAGUARDI di COMPETENZA

Nucleo Tematico N° 1: **II CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO**

RIF. ALLE K.C. EUROPEE: MATEMATICA (LOGICO-SPAZIALE), IMPARARE AD IMPARARE, CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE IN USCITA dalla SCUOLA SECONDARIA DI 1^ GRADO		
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	L'alunno utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento al variare della situazione L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti		
NODI CONCETTUALI	Obiettivo/i al termine della cl 1^	Obiettivo/i al termine della cl 2^	Obiettivo/i al termine della cl 3^
SCHEMI MOTORI DI BASE	Affinare e/o consolidare lo schema corporeo e gli schemi motori di base (correre, saltare, arrampicare, rotolare, prendere, lanciare, ecc) e le combinazioni dinamiche tra gli stessi (es. afferrare una palla mentre si corre). Conoscere la terminologia specifica dell'educazione fisica	Padroneggiare e saper rielaborare (anche in combinazione tra loro) gli schemi motori di base in contesti motori e ambienti sempre nuovi. Conoscere la terminologia specifica dell'educazione fisica	
COORDINAZIONI INTERSEGMENTARIA e DINAMICA GENERALE	Combinare in modo sequenzialmente corretto e armonico i movimenti dei diversi segmenti corporei.	Rispondere ad un ambiente motorio mutevole selezionando e concatenando in modo rapido, efficace ed economico gli schemi di movimento più adeguati tra quelli posseduti.	
SPAZIO E TEMPO	Saper valutare distanza, forza e traiettoria per lanciare un oggetto verso un obiettivo dato, come pure valutare distanza, velocità e traiettoria degli oggetti in movimento per collocarsi nello spazio in modo funzionale al loro controllo		Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione motoria e/o sportiva
NELL'ORGANIZZAZIONE DEL MOVIMENTO	Comprendere le relazioni spaziali esistenti tra gli attori dell'azione che si sta svolgendo, per collocarsi sul campo di gioco in modo utile.	Sapersi collocarsi sul campo di gioco in modo coerente e funzionale all'azione che vi si sta svolgendo, in particolare in relazione alle posizioni occupate (e dia-cronicamente mutevoli) dagli altri soggetti presenti nell'azione stessa.	
	Interpreta una rappresentazione grafica dello spazio per programmare spostamenti nello spazio stesso o per organizzarlo in funzione di un'attività;		Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappa/carta, sistemi di riferimento, bussola, ecc)

Riconoscere tempi e ritmi propri dei diversi gesti e adattare ad essi la propria esecuzione motoria; così pure saper adattare i tempi e i ritmi naturali della propria gestualità a ritmi proposti dall'esterno (es. basi ritmico-melodiche);

PERCEZIONE DI SE'

Percepire, riconoscere e nominare con linguaggio appropriato le parti/i segmenti del corpo e le loro connessioni;

Riconoscere e controllare le proprie dominanze (lateralità) per organizzarsi nei vari compiti motori (piede di stacco, mano di battuta, gamba di attacco/di richiamo, ecc.);

Percepire e controllare i principali parametri fisiologici e cinestesici (frequenza cardiaca e respiratoria, escursione articolare, stati di equilibrio, ecc.);

A partire da una corretta interpretazione dei dati e dei risultati relativi al proprio lavoro - manifestare conoscenza e consapevolezza delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.

Conoscere i primi principi relativi alla metodologia dell'allenamento.

Saper riconoscere le relazioni causa-effetto che caratterizzano i progressi ottenuti o mancati dell'allenamento.

[Segue alla pagina successiva](#)

Disciplina: **EDUCAZIONE FISICA**

MODULAZIONE TRIENNALE degli OBIETTIVI definiti per lo sviluppo dei TRAGUARDI di COMPETENZA

Nucleo Tematico N° 2: **IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA**

RIF. ALLE K.C. EUROPEE: IMPARARE AD IMPARARE, CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE IN USCITA dalla SCUOLA SECONDARIA DI 1^ GRADO		
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Utilizza gli aspetti comunicativo-espressivi del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri		
NODI CONCETTUALI	Obiettivo/i al termine della cl 1^	Obiettivo/i al termine della cl 2^	Obiettivo/i al termine della cl 3^
GESTI, SEQUENZE DI GESTI e TECNICHE DI COMUNICAZIONE ATTRAVERSO IL CORPO	Sperimentare diversi significati comunicativi attraverso la modulazione di gesti uguali nella sostanza ma diversi nella forma, nel ritmo e nell'intensità esecutivi, anche con il supporto di adeguati brani musicali.		
	Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture attuate in forma individuale, a coppie, in gruppo Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive		
LINGUAGGI CORPOREI SPECIFICI (anche arbitrali)		Riuscire ad analizzare l'espressività del proprio corpo per giungere alla consapevolezza dei messaggi che questo anche inconsapevolmente invia (attraverso atteggiamenti, posture, mimica facciale) e dei significati attribuibili da parte degli altri. Riconoscere le differenze tra il movimento funzionale e il movimento espressivo.	Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare e attuare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.

Segue alla pagina successiva

Disciplina: **EDUCAZIONE FISICA**

MODULAZIONE TRIENNALE degli OBIETTIVI definiti per lo sviluppo dei TRAGUARDI di COMPETENZA

Nucleo Tematico N° 3: **IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**

RIF. ALLE K.C. EUROPEE: IMPARARE AD IMPARARE, COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE, SPIRITO DI INIZIATIVA, CONSAPEVOLEZZA CULTURALE

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE IN USCITA dalla SCUOLA SECONDARIA DI 1^ GRADO		
<p>3) Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari giochi e sport E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune. Pratica attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole Sviluppare il desiderio di migliorare, accettando di mettersi in gioco e di sperimentarsi in ambiti motori diversi con lo scopo di sviluppare tutte le proprie potenzialità (condizionali, coordinative e di relazione interpersonale).</p>		
NODI CONCETTUALI	Obiettivo/i al termine della cl 1^	Obiettivo/i al termine della cl 2^	Obiettivo/i al termine della cl 3^
<p>GESTI TECNICI SPECIFICI, COORDINAZIONE E DESTREZZA</p>	<p>Apprendere e attuare globalmente i gesti tecnici essenziali dei giochi tradizionali e propedeutici proposti.</p>	<p>Padroneggiare le capacità coordinative e i gesti tecnici fondamentali dei giochi sportivi, adattandoli in forma originale e creativa alle situazioni richieste dal gioco, anche proponendo varianti.</p>	
<p>ORGANIZZAZIONE SPAZIO-TEMPORALE</p>	<p>Comprendere le relazioni spaziali esistenti tra gli attori dell'azione che si sta svolgendo, per collocarsi sul campo di gioco in modo utile.</p>	<p>Sapersi collocare sul campo di gioco in modo coerente e funzionale all'azione che vi si sta svolgendo, in particolare in relazione alle posizioni occupate (e dia-cronicamente mutevoli) dagli altri soggetti presenti nell'azione stessa.</p>	
<p>TATTICA e STRATEGIA</p>	<p>Applicare - individualmente e/o in collaborazione con i compagni - le tattiche apprese/suggerite per la soluzione dei problemi posti dalle situazioni di gioco/lavoro.</p>	<p>Saper elaborare e realizzare tattiche e strategie adeguate alla soluzione dei problemi posti dalle situazioni di gioco e di lavoro (es. finta, attacco, difesa, marcamento, smarcamento, ecc.).</p>	
<p>REGOLE</p>	<p>Conoscere e rispettare le regole delle attività e dei giochi affrontati Conoscere e praticare i valori sportivi (fair play, inclusività, solidarietà, ecc.)</p>	<p>Conoscere e applicare spontaneamente in modo corretto il regolamento tecnico dei giochi/sport praticati, assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice Conoscere e praticare i valori sportivi (fair play, inclusività, solidarietà, ecc.).</p>	

Segue

**QUALITA' DELLA
PARTECIPAZIONE**
**(MOTIVAZIONE,
COLLABORAZIONE,
GESTIONE
DELL'EMOTIVITA'
PROPRIA E ALTRUI)**

Partecipare attivamente, in modo corretto e costruttivo alle varie attività motorie, di gioco e di sport organizzate per la classe e la scuola anche in forma di gara.

Collaborare con gli altri (in generale) e attuare forme di assistenza (in particolare) ai compagni nell'ambito del lavoro. Saper rinunciare ad una gratificazione personale immediata per collaborare al successo di squadra. Saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti.

Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.

Sviluppare il desiderio di migliorare, accettando di mettersi in gioco e di sperimentarsi in ambiti motori diversi con lo scopo di sviluppare tutte le proprie potenzialità (condizionali, coordinative e di relazione interpersonale).

Segue alla pagina successiva

Disciplina: **EDUCAZIONE FISICA**

MODULAZIONE TRIENNALE degli OBIETTIVI definiti per lo sviluppo dei TRAGUARDI di COMPETENZA

Nucleo Tematico N° 4: **SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA**

Rif. alle K.C. europee: **IMPARARE ad IMPARARE, COMPETENZE SOCIALI e CIVICHE, SPIRITO DI INIZIATIVA, CONSAPEVOLEZZA CULTURALE**

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE IN USCITA dalla SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO		
4) Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p>		
NODI CONCETTUALI	Obiettivo/i al termine della cl 1^	Obiettivo/i al termine della cl 2^	Obiettivo/i al termine della cl 3^
<p>AUXOLOGIA, FISILOGIA e</p> <p>POTENZIAMENTO FISIOLOGICO (miglioramento delle capacità condizionali)</p>	<p>Conoscere primi cenni di anatomia e fisiologia del corpo umano</p> <p>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento/allungamento muscolare</p>	<p>Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.</p> <p>Conoscere l'anatomia del corpo umano in relazione al movimento.</p> <p>Acquisire <i>conoscenza</i> e consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> <p>Applicarsi consapevolmente nel seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle proprie caratteristiche e potenzialità</p> <p>Applicare i principi metodologici più elementari che consentono l'incremento delle capacità condizionali (<i>gradualità, ripetizione, continuità</i>);</p>	
<p>IGIENE, PREVENZIONE e SICUREZZA</p>	<p>Attuare spontaneamente i comportamenti di carattere igienico suggeriti e motivati (utilizzo di abbigliamento consono, sostituzione della biancheria utilizzata, uso responsabile di deodoranti, ecc.);</p> <p>Esprimersi con la terminologia corretta rispetto alle attrezzature e ai diversi ambiti e alle diverse situazioni di lavoro.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche prevedendo possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Conoscere la postura della salute.</p> <p>Conoscere i principali traumi relativi all'attività motoria-sportiva.</p>		
<p>RICERCA E TUTELA</p>	<p>Saper motivare la ricerca dell'efficienza fisica descrivendone i benefici (in particolare le modificazioni che la presenza/ /assenza di una regolare attività motoria induce sugli apparati dell'organismo umano e sulla persona in toto)</p>		

<p>DELLO STATO DI SALUTE</p>	<p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Impegnarsi per modificare le proprie abitudini di vita in tal senso. Saper individuare/saper motivare le relazioni di causa–effetto che caratterizzano i progressi ottenuti o mancati</p>	
<p>RESPONSABILITA' e LEGALITA'</p>		<p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi dovuti all'assunzione di integratori e di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, alcool, droghe)</p>

METODI E STRATEGIE D' INSEGNAMENTO

La metodologia di insegnamento sarà improntata da un lato allo sviluppo negli alunni della motivazione, alla scoperta delle proprie potenzialità e alla sperimentazione di sé; dall'altro all'identificazione e alla soluzione di problemi; in particolare il docente opererà come dal seguente schema:

<p>• momento della motivazione</p>	<ul style="list-style-type: none"> · l'insegnante attiva l'interesse, la disponibilità e l'impegno motivando i contenuti, illustrando le finalità delle singole attività e incoraggiando gli alunni a desiderare di raggiungere livelli superiori di conoscenza e di padronanza; · l'insegnante fa riferimento alle esperienze/conoscenze precedentemente possedute dagli alunni, anche invitandoli a comunicarle;
<p>• momento delle informazioni</p>	<p>l'insegnante:</p> <ul style="list-style-type: none"> · pur sollecitando negli alunni il rinforzo delle capacità di attenzione e concentrazione, ne rispetta le fisiologiche fluttuazioni; · effettua comunicazioni brevi che contengono l'informazione principale, riservando a momenti successivi e opportuni l'indicazione dei dettagli; · durante le comunicazioni più lunghe utilizza una alternanza di toni e volumi vocali, di posture e di collocazioni spaziali tali da mantenere vivace il rapporto comunicativo; · utilizza tutti i linguaggi ritenuti funzionali ad una maggiore e più stabile assimilazione delle conoscenze e delle abilità (linguaggio motorio, gestuale, grafico, iconografico, musicale, informatico); · attiva quanto più possibile – nell'ambito delle opportunità – i collegamenti interdisciplinari;
<p>• momento dell'operatività</p>	<p>nel proporre nuove conoscenze e nuove condotte motorie, l'insegnante:</p> <ul style="list-style-type: none"> · muove dalla condivisione delle conoscenze pregresse degli alunni; · procede con gradualità dal "semplice" al "complesso", dal "conosciuto" allo "sconosciuto", adottando opportunamente il metodo della ricorsività; · (dal punto di vista tecnico) propone un approccio di tipo "globale", ma all'occorrenza (soprattutto in fase di recupero) farà ricorso a modalità "analitiche"; · dal punto di vista fisiologico) propone un'alternanza tra momenti di impegno e di recupero (riposo) nel rispetto della fase auxologica vissuta dagli alunni; · privilegia una impostazione della didattica per soluzione di problemi"; in particolare ogni nuova acquisizione di conoscenze/abilità sarà proposta - al livello più basso - attraverso il riconoscimento della situazione problematica e - ai livelli via via più elevati - attraverso la ricerca di soluzioni codificate (strumenti, procedure) o anche personali; · richiede, parallelamente all'acquisizione di conoscenze e di abilità, la capacità di ripercorrere ed esplicitare le tappe del proprio percorso di apprendimento; · nel percorso di acquisizione degli obiettivi indicati in precedenza, propone agli alunni il maggior numero possibile di esperienze/attività, al fine di arricchirne il lessico motorio e di incrementare le loro capacità di controllo e di rielaborazione del movimento;

<p>• momento della condivisione</p>	<p>l'insegnante si propone di rendere protagonisti quanto più possibile gli alunni nello svolgimento e nell'organizzazione del lavoro, in particolare:</p> <ul style="list-style-type: none"> · richiede, nei limiti imposti dalla sicurezza, una collaborazione nella collocazione e nella riposizione degli attrezzi e dei materiali; · adotta – quando possibile - una organizzazione per gruppi di lavoro con gestione autonoma da parte degli alunni dei compiti e delle responsabilità sul compito (situazione questa che consente anche la possibilità per l'insegnante di seguire in modo particolare gli alunni che ne abbisognano); · affida agli alunni - quando è loro possibile e all'interno del percorso programmato - il ruolo di "insegnante" per spiegare/proporre ai compagni una conoscenza/attività/abilità già acquisita.
<p>• VERIFICHE E VALUTAZIONE</p>	<ul style="list-style-type: none"> · il docente valuta il livello di apprendimento per mezzo di osservazioni sistematiche, di prove pratiche oggettive e rilevazioni informali delle competenze manifestate dagli alunni nella normale prassi quotidiana, che mettano in luce il grado di padronanza, da un lato, delle abilità e delle conoscenze e, dall'altro, dei processi; · parallelamente al procedere del lavoro programmato, l'insegnante apporta aggiustamenti negli obiettivi proposti (anche ai singoli alunni), ai percorsi ed eventualmente alla metodologia della didattica; · il docente, nell'esprimere con il voto il livello di apprendimento raggiunto, utilizza i seguenti descrittori: <p>Non si prendono in considerazione le valutazioni da 0 a 3, ritenendo - da un lato - difficilmente definibile il livello di prestazione da associare a questi voti, dall'altro – risultando valutazioni così basse estranee alla funzione pedagogica e formativa che sempre il processo di valutazione deve contenere.</p> <p>La valutazione di 4 corrisponde ad una <u>inadeguatezza grave</u> sul piano della partecipazione come il rifiuto di lavorare, cosa che determina peraltro l'impossibilità di osservare il livello di apprendimento; la stessa valutazione è applicata - anche in presenza di prestazioni accettabili sul piano motorio o delle conoscenze - in caso di <u>grave inadeguatezza</u> sul piano della relazione interpersonale (con docente e compagni), con ricadute ampiamente negative sul clima di lavoro nella classe.</p> <p>La valutazione di 5 corrisponde ad una <u>prestazione non rispondente alla richiesta, cioè manifestamente incompleta e/o inefficace</u>, che però per l'entità dell'inadeguatezza si prevede comunque recuperabile. In questo quadro può essere considerata anche la discontinuità nella partecipazione, nella motivazione e nell'impegno</p> <p>La valutazione di 6 è intesa come accettabilità della prestazione, da intendersi come il <u>raggiungimento dell'obiettivo nei suoi aspetti essenziali</u>; una prestazione, cioè, che anche se non pienamente rispondente alla richiesta formulata - consente di identificare il prodotto/il processo che ad essa sono associati. Altri elementi riferibili a questo livello sono una modesta autonomia operativa (per cui l'alunno abbisogna della continua guida del docente) e però a fronte di un adeguato impegno.</p> <p>La valutazione di 7 (individuata anche come standard medio di uscita) corrisponde al <u>raggiungimento globale dell'obiettivo</u>, mediante una corretta comprensione delle richieste e una accettabile autonomia operativa in un quadro di corretta partecipazione.</p> <p>La valutazione di 8 corrisponde ad una prestazione che evidenzia il <u>raggiungimento pieno e autonomo dell'obiettivo</u>, e - con riferimento al lavoro prettamente motorio, una buona gestione spazio-temporale dei gesti/sequenze motorie, nonché un buon livello di coordinazione generale e/o specifica.</p>

La valutazione di 9 è ottenuta dall'alunno che raggiunge l'obiettivo in modo completo, approfondito e consapevole, manifestando capacità di rielaborazione e di adattamento al variare delle situazioni (problem - solving), anche utilizzando competenze acquisite in altri contenuti/contesti.

La valutazione di 10 viene riservata all'alunno che alla fine del percorso annuale o triennale – considerando la sua notevole evoluzione non solo motoria, ma anche personale – abbia contribuito in modo significativo alla crescita del gruppo classe.

Si precisa che i livelli indicati qui sopra si riferiscono a tutti gli apprendimenti oggetto del lavoro scolastico, sia a quelli che si manifestano sul piano dell'esecuzione motoria sia a quelli che si esplicitano sul piano delle conoscenze e delle relazioni. Alcune delle definizioni qui sopra riportate sono evidentemente più riconducibili all'ambito motorio.

· L'insegnante elabora la valutazione finale muovendo dalla considerazione del livello di partenza e considerando la qualità della partecipazione e l'impegno profuso.

ATTIVITA' DI RECUPERO E DI SOSTEGNO:

Forme di personalizzazione della didattica riservata agli allievi DSA e con Bisogni Educativi non certificati

Misure dispensative:

- Riduzione e semplificazione dei contenuti
- Riduzione dei compiti
- Somministrazione solo di verifiche scritte in modalità quiz riducendo le opzioni di scelta

Misure compensative:

- Costruzione di tabelle, schemi e grafici
- Tempi di consegna più lunghi

Per gli studenti con disabilità, in coordinamento con l'insegnante di sostegno e gli altri docenti del C.d.C., viene redatto il PEI contenente gli obiettivi e il percorso didattico previsto per lo specifico deficit.

RISORSE E STRUMENTI

Libro/i di testo, appunti dalle lezioni, materiale integrativo cartaceo o multimediale, autoprodotta o reperita in rete (saggi, dispense, ecc.)

...

La palestra con tutti gli attrezzi e gli impianti esterni. Video, pubblicazioni scientifiche, e articoli divulgativi consigliati e forniti dal docente o reperibili nel web.

Piattaforme, strumenti e canali di comunicazione utilizzati per la didattica a distanza:

- Registro elettronico ARGO- DidUP e SCUOLANEXT -
- e-mail istituzionale
- aule virtuali (classroom) di Google Suite for education, Google Drive
- Google Hangouts Meet

ANNOTAZIONI

Il progetto educativo-didattico e la scelta dei contenuti disciplinari, potrà essere sottoposto a variazioni in itinere, suggerite dalle diverse esigenze che ogni gruppo classe, nella dinamica del processo insegnamento/apprendimento, potrebbe rendere necessario.