

ISTITUTO COMPRENSIVO “L. CAPUANA” GIRRTANA

CURRICOLO VERICALE:

Educazione fisica



SCUOLA PRIMARIA

EDUCAZIONE FISICA

CLASSE PRIMA

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento	Abilità	Conoscenze
<p>1) Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo 1-1) Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.). 1-2) Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutive e successioni temporali delle azioni motorie,</p>	<p>1-1 a) Riconoscere e denomina le varie parti del corpo. 1-1 b) Rappresentare graficamente lo schema corporeo. 1-1c) Conoscere gli schemi motori di base: correre, saltare, lanciare 1-2a) Distinguere la distanza e la vicinanza. 1-2b) Coordinare il corpo nel movimento spaziale e nella</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le parti del corpo: giochiamo con il corpo. - Realizzazione di un cartellone raffigurante il corpo umano. - La struttura del corpo nel suo insieme: esercizi a corpo libero; individuazione su di se e sugli altri dei segmenti corporei; muoversi e sentire parti del corpo: giochi vari. - I cinque sensi e le modalità di percezione sensoriale (<i>giochi che interessano prevalentemente il canale visivo e il canale uditivo</i>). - Posizioni diverse in rapporto agli oggetti e agli altri. Indicatori topologici. - Utilizzare gli schemi motori in funzione di parametri temporali e spaziali - Diversi schemi motori e posturali - Equilibrio statico. - La lateralità. - Giocherelliamo con gli attrezzi. - - Esprimersi attraverso il linguaggio corporeo - gestuale.

<p>2) 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.</p> <p>3) Sperimenta una pluralità di</p>	<p>sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <p>2-1) Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, 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>Il gioco, lo sport, le</p>	<p>dinamica temporale.</p> <p>1-2c) Consolidare la lateralità e la coordinazione.</p> <p>2-1a) Eseguire giochi mimici.</p> <p>2-1b) Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche.</p> <p>2-2a) Tradurre suoni in azione motoria.</p> <p>3-1 a) Comprendere e rispettare le regole e/o le indicazioni di giochi conosciuti.</p> <p>3-2 a) Partecipare alle varie forme gioco e collaborare con gli altri.</p> <p>4-1 a) Assumere comportamenti</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Il ritmo corporeo. - Giochi ritmico – musicali. - Spazi, oggetti/ attrezzi, giochi popolari - Schemi motori di base - Collaborazione con un compagno, con più compagni - Ascolto e comprensione delle consegne - Cooperare con i compagni, rispettare le regole di gioco. - Regole di gioco - Giochi di squadra - Giochi popolari - Percorsi e gare - Giochi senso-percettivi. - Giochi espressivo - corporei e di movimento. - Giochi psicomotori - Le regole in palestra: il corretto uso di attrezzi e spazi.
---	---	---	--

<p>esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>4) Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>5) Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole</p>	<p>regole e il fair play 3-1) Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. 3-2) Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>4-1) Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.</p> <p>5-1) Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria con rispetto dei perdenti, accettando le</p>	<p>adeguati alle diverse situazioni di gioco e di sport.</p> <p>5-1 a) Partecipare attivamente ai giochi organizzati cooperando all'interno del gruppo e accettando le diversità.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscenza delle attrezzature. - I comportamenti corretti nelle situazioni ludiche. - Alimentazione e norme igieniche. (raccordo con Scienze e Tecnologia).
---	--	---	---

<p>e l'importanza di rispettarle.</p> <p>6) Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>7) Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla</p>	<p>diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <p>6-1) Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>7-1) Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p>	<p>6-1a) Utilizzare in modo appropriato gli spazi e le attrezzature.</p> <p>7-1 a) Conoscere alcune norme igienico-sanitarie per la salute e il benessere fisico.</p>	
---	---	---	--

<p>cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p>			
<p>CLASSE SECONDA</p>			
<p>Traguardi per lo sviluppo delle competenze</p>	<p>Obiettivi di apprendimento</p>	<p>Abilità</p>	<p>Conoscenze</p>

<p>1) Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p>1-1) Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.);</p> <p>1-2) Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutive e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri</p> <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME</p>	<p>1-1) Sviluppare le capacità sensoriali e la percezione del proprio corpo nel suo complesso e nei suoi singoli segmenti. 1-1a) Utilizzare le principali prassie motorie, quali correre, camminare, saltare, rotolare... in situazioni diverse.</p> <p>1-2a) Si colloca in diverse posizioni in relazione allo spazio, agli attrezzi e ai compagni. 1-2b) Organizzare i movimenti nel tempo e nello spazio. 1-2c) Riconoscere e riproduce semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Il corpo in movimento e non (il contrasto movimento-immobilità) le parti del corpo denominazione e riconoscimento - -La struttura del corpo nel suo insieme; esercizi a corpo libero; movimenti segmentari - Gli schemi motori di base; le azioni inerenti gli schemi motori dinamici: camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare, arrampicarsi...; prima in forma successiva e poi in forma simultanea. - Giochi con la palla. - Camminata a velocità differenti; andature diverse in spazi differenti, sia ampi che ristretti; andature diverse in uno spazio, sia in gruppo numeroso, sia in un gruppo ristretto. - Organizzarsi e muoversi nello spazio: in fila, in riga; muoversi a ritmo di musica con modalità differenti. - Distanze e traiettorie. - Colpire un bersaglio con la palla; - Muoversi nello spazio con linee curve e spezzate; muoversi con cerchi e clavette; spostamenti rispettando davanti, dietro, a sinistra o a destra di un compagno; mettersi al posto dell'altro; ascolto di un brano musicale. - Muoversi nello spazio e sincronizzare i propri movimenti. - Esecuzione e descrizione di percorsi vari; - Localizzazione di oggetti nello spazio; - L'equilibrio statico e dinamico. - La posizione del corpo in rapporto allo spazio; esercizi che sviluppano il senso dell'equilibrio: corsa e fermo in equilibrio, camminata sugli attrezzi. - Mimi con il corpo, riproduzione di battute ritmiche. - Uso del corpo, del movimento e dei gesti, in situazioni comunicative per esprimere emozioni e stati d'animo; il linguaggio dei gesti. - Ascolto di brani musicali: muoversi liberamente al ritmo di musica; movimenti preordinati ad un segnale dell'insegnante. - Riproduzione di semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e
---	--	---	---

<p>2) Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p> <p>3) Sperimenta una</p>	<p>MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p>2-1) Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, 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>IL GIOCO, LO SPORT E IL FAIR PLAY</p> <p>3-1a) Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla</p>	<p>2-1a) Comprendere il linguaggio dei gesti</p> <p>2-1b) Utilizzare gesti, mimica facciale, voce, posture, in situazioni diverse</p> <p>2-2a) Eseguire ritmi sonori e movimenti con il corpo</p> <p>3-1 a) Comprendere e rispettare le</p>	<p>attrezzi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'importanza delle regole nel gioco sport - Analisi e descrizione dei giochi tradizionali, e non, collettivi e individuali; - Le regole dei giochi: conoscenza dell'importanza delle regole nei giochi e rispetto di esse. - -Il corretto uso di attrezzi e spazi; - Indicazioni e regole di diversi giochi; - Il valore delle regole - -Partecipazione a giochi individualmente e in squadra. - -L'importanza della cooperazione con i compagni nei giochi e nelle gare a squadra. - Applicazione corretta di modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi individuali e di squadra. - -Concetti di lealtà, rispetto partecipazione, cooperazione, limite. - Conoscenza delle attrezzature; - Il regolamento della palestra - I pericoli a casa e a scuola: le corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni e la sicurezza nei vari ambienti di vita. - Le norme igienico-sanitarie per la salute e il benessere. - Applicazione delle - elementari norme igieniche legate alle attività ludico-motorie. - Il rilassamento e la respirazione. - Cooperazione all'interno del gruppo. - -Interazione positiva con gli altri valorizzando la diversità. - Accettazione della sconfitta e rispetto dei perdenti in caso di vittoria. - Accoglienza delle diversità manifestando senso di responsabilità.
--	--	---	---

<p>pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>gioco-sport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>4) Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>5) Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che</p>	<p>tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>3-1b) Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>4-1) Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport</p> <p>SALUTE EBENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>5-1) Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la</p>	<p>indicazioni e le regole delle attività motorie e dei giochi tradizionali.</p> <p>3-1b) Rispettare le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara.</p> <p>4-1) Conoscere e applicare le modalità esecutive di numerosi giochi di movimento</p> <p>5-1 a) Individuare comportamenti scorretti e situazioni a rischio nell'ambiente di vita.</p>	
---	--	--	--

<p>nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>6) Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>7) Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>6-1) Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>6-2) Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> <p>7-7) Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria con rispetto dei perdenti, accettando le</p>	<p>6-1 a) Applicare comportamenti igienico -alimentari adeguati alle situazioni in aula e in palestra.</p> <p>6-2 a) Sa associare ai vari movimenti, rilassamenti e respirazione.</p> <p>7-7a) Interagire positivamente con gli altri valorizzando le diverse capacità.</p>	
---	--	---	--

	diversità, manifestando senso di responsabilità		
CLASSE TERZA			
Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento	Abilità	Conoscenze

<p>1) Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>1-1) Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.);</p> <p>1-2) Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutive e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento</p>	<p>1-1 a) Coordinare e collegare in modo fluido il maggior numero possibile di movimenti naturali (camminare, correre, saltare,...);</p> <p>1-1 b) Seguire movimenti precisi e adattarli a situazioni sempre più complesse.</p> <p>1-1 c) Eseguire le attività proposte per sperimentare e migliorare le proprie capacità.</p> <p>1-2 a) Variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, tempo, equilibri (eseguire una marcia, una danza,...).</p> <p>1-2 b) Valutare, in situazioni dinamiche di gioco, distanze, traiettorie e direzione.</p> <p>1-1 c) Individuare i diversi riferimenti topologici sul proprio corpo, in</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Coordinazione dinamico generale: sviluppo degli schemi motori di base. - Camminare in modi diversi. - Correre in vari modi; - Saltare in vari modi; - Giochi con la palla. - Le posizioni che il corpo può assumere in rapporto allo spazio ed al tempo. - Funzione espressiva, comunicativa, cognitiva del corpo. - Atteggiamenti positivi di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri. - Apprezzamento delle traiettorie, delle distanze, dei ritmi esecutivi delle azioni motorie. Giochi con l'uso di attrezzi. - Il gioco in tutte le sue forme. - Il gioco collettivo. - Giochi di coordinazione con varie andature. - Giochi di equilibrio con il corpo e con oggetti. - Modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo. - Giochi di percezione corporea con l'ausilio della musica. - Giochi di drammatizzazione. - Giochi di imitazione e di immaginazione. - Simulazione di percorsi. - Giochi motori semplici e complessi. - Giochi motori come laboratorio di relazioni. - Giochi di squadra e non. - Giochi di socializzazione e di cooperazione - Giochi di gruppo finalizzati alla piena integrazione partecipativa. - Giochi tradizionali;
---	--	---	--

<p>2) 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.</p>	<p>nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p>2-1) Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>2-2) Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o</p>	<p>situazione dinamica di gioco, sul corpo dei compagni e sugli oggetti in movimento.</p> <p>2-2 a) Impiegare la possibilità espressive del proprio corpo.</p> <p>2-2 b) Mettere in relazione il proprio corpo ed i movimenti da esso compiuti, sul piano dell'organizzazione spazio-tempo;</p> <p>2-2 c) Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche;</p> <p>2-2 d) Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Giochi individuali e di squadra. - I tempi, gli spazi e le modalità di gioco. - Utilizzazione di piccoli attrezzi nei giochi di movimento. - Il corretto uso di attrezzi e spazi. - Giochi organizzati sotto forma di gare. - L'importanza delle regole in un gioco; - Il "valore" delle regole e l'importanza di rispettarle. - Comportamenti corretti nell'interazione socio-motoria: (accettare chiunque come compagno di giochi -aiutare compagni in difficoltà – accettare ruoli diversi nelle attività motorie – assumere un atteggiamento controllato a conclusione dei giochi di squadra, sia in caso di vittoria che in caso di sconfitta). - Corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni e la sicurezza nei vari ambienti di vita.
---	---	---	---

<p>3) Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p>	<p>semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>comunicare, individualmente e collettivamente, stati d'animo, idee, ecc.</p> <p>3-1 a) Affinare le proprie capacità di controllo in situazioni statiche e dinamiche durante i giochi motori via via più complessi.</p> <p>3-1 b) Apprezzare i giochi motori caratteristici dell'ambiente extrascolastico.</p> <p>3-2 a) Padroneggiare piccoli attrezzi a disposizione in palestra.</p> <p>3-2 b) Percepire e padroneggiare gli elementi spazio temporali nello</p>	<ul style="list-style-type: none"> - L'ambiente scolastico: la sicurezza nella scuola. - Regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni a scuola. - La corretta alimentazione. - Rapporto tra alimentazione e benessere fisico. - Conoscenza dei comportamenti igienici e salutistici. <ul style="list-style-type: none"> - I comportamenti pericolosi e scorretti nelle situazioni ludiche, giocando con gli altri. <ul style="list-style-type: none"> - Cooperazione all'interno del gruppo. - Interazione positiva con gli altri valorizzando la diversità.
<p>4) Sperimenta, in forma semplificata e</p>	<p>IL GIOCO, LO SPORT E IL FAIR PLAY</p>	<p>3-2 b) Percepire e padroneggiare gli elementi spazio temporali nello</p>	

<p>progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>5) Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>6) Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla</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>4-1) Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.</p>	<p>svolgimento di azioni motorie volontarie con utilizzo di attrezzi. 3-2 c) Cooperare all'interno di un gruppo;</p> <p>4-1 a) Affrontare con disinvoltura giochi di squadra.</p> <p>4-1 b) Partecipare al gioco-sport, rispettando indicazioni e regole.</p> <p>4-1 c) Analizzare le diverse modalità di gioco-sport in rapporto allo sviluppo educativo.</p> <p>4-1 e) Rispettare le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara.</p> <p>4-2 f) Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati.</p>	
---	---	---	--

<p>prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>7) Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>SALUTE EBENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>5-1) Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>6-1) Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p>	<p>4-3 g) Risolvere problemi di ordine motorio sorti in situazioni impreviste.</p> <p>5-1 a) Utilizzare in modo corretto e sicuro per se' e per i compagni spazi e attrezzature.</p> <p>6-1 a) Acquisire corretti comportamenti alimentari.</p> <p>6-1 b) Riconoscere il rapporto tra alimentazione e</p>	
---	--	---	--

	<p>6-2) Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> <p>7-7) Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria con rispetto dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p>	<p>benessere fisico.</p> <p>6-2 a) Conoscere alcune norme salutistiche per prevenire delle malattie a carico dell'apparato scheletrico.</p> <p>7-7 a) Interagire e cooperare positivamente con gli altri valorizzando le diversità.</p>	
CLASSE QUARTA			
Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento	Abilità	Conoscenze

<p>1) L'alunno acquisisce consapevolezza del sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>1) Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc.).</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>Il linguaggio del corpo come modalità</p>	<p>1-1 a) Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione</p> <p>1-2 a) Prendere coscienza degli elementi che strutturano lo spazio e li sa utilizzare direzione, distanza, traiettoria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gli schemi motori di base. - Organizzazione di condotte motorie diversificate e gradualmente più complesse. - Coordinamento di vari schemi di movimento in simultaneità e successione. - Organizzazione e gestione dell'orientamento del proprio corpo nello spazio e nel tempo. - Le combinazioni di azioni motorie con riferimenti spaziali e temporali. - Valutazione di traiettorie, ,distanze, velocità dei movimenti. - Tecniche di espressione corporea. - Vissuti ed emozioni nei contesti di gioco e di competizione. - Modalità di integrazione di elementi del linguaggio corporeo con altri linguaggi. - Il linguaggio del corpo per esprimere attraverso le gestualità concetti ed emozioni. - Strutture ritmiche in diverse situazioni motorie. - Il rapporto tra parola, movimento, sentimento e/o stato d'animo. - Il gioco di squadra: importanza della comunicazione e della collaborazione. - Le caratteristiche e le regole dei giochi all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport. - Il valore delle regole. - Il ruolo attivo e significativo nelle attività di gamesport individuali e di squadra. - L'assunzione di responsabilità e d'impegno per il bene comune - Conoscenza pratica dei principali gesti tecnici di alcuni sport individuali
--	--	--	--

<p>2) 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.</p> <p>3) Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di</p>	<p>comunicativo-espressiva 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>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play 3-1) Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.</p> <p>3-2) Partecipare</p>	<p>2-1) Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</p> <p>2-2a) Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per esprimere e comunicare individualmente e collettivamente stati d'animo, idee, situazioni, emozioni e sentimenti anche attraverso le esperienze ritmico-musicale.</p>	<p>e di squadra (atletica leggera, basket, calcio, pallavolo, badminton...)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le regole della competizione sportiva. - Le differenti attrezzature e il loro utilizzo. <ul style="list-style-type: none"> - Il concetto di sicurezza ed integrità fisica. - Atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di sé e dei compagni. - I rischi ed i pericoli connessi all'attività motoria. - I comportamenti funzionali alla sicurezza. - I principi elementari di una sana alimentazione in rapporto all'attività da svolgere. La razione alimentare. - Ritmo respiratorio e cardiaco in situazioni di movimento e di rilassamento. - Cambiamenti del ritmo cardiaco e respiratorio e della tensione
---	---	--	---

<p>maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>4) Sperimenta in forma semplificata</p>	<p>attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>4-1) 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.</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e</p>	<p>3-1 a) Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre - sportivi, individuali e di squadra.</p> <p>3-2 a) Gestire il proprio corpo nelle varie situazioni di gioco-sport cooperando nel gruppo.</p> <p>4-1 a) Conoscere e apprendere la tecnica di base di alcune discipline sportive</p>	<p>muscolare dovuti all'attività motoria.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il "fair play" durante lo svolgimento di giochi e gare individuali e di squadra. - Le relazioni corrette con il gruppo, il rispetto delle diverse capacità e caratteristiche personali
--	--	--	---

<p>e progressivamente in forma sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>5) Agisce rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente</p>	<p>sicurezza</p> <p>5-1) Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>6-1) Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>6-2) Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>5-1 a) Utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature, sia individualmente che in gruppo</p> <p>5-1b) Adottare corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni nei vari ambienti.</p> <p>6-1 a) Assumere comportamenti igienici e salutistici.</p> <p>6-2 a) Controllare la respirazione, la frequenza cardiaca e il tono muscolare.</p>	
---	---	--	--

<p>scolastico e extrascolastico.</p> <p>6) Riconosce alcuni essenziali principi relative al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>7) Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>7-7) Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria con rispetto dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p>	<p>7-7 a) Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati assumendo un atteggiamento di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando ed interagendo con gli altri.</p>	
<p>CLASSE QUINTA</p>			

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento	Abilità	Conoscenze
<p>1) L'alunno acquisisce consapevolezza del sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>1) Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).</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</p>	<p>1-1 a) Organizza condotte motorie sempre più complesse ,coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione</p> <p>1-2 a) Prende coscienza degli elementi che strutturano lo spazio e li sa utilizzare (direzione , distanza, traiettoria</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gli schemi motori di base. - Organizzazione di condotte motorie diversificate e gradualmente più complesse. - Coordinamento di vari schemi di movimento in simultaneità e successione. - Organizzazione e gestione dell'orientamento del proprio corpo nello spazio e nel tempo. - Le combinazioni di azioni motorie con riferimenti spaziali e temporali Valutazione di traiettorie, distanze, velocità dei movimenti. - Tecniche di espressione corporea - Vissuti ed emozioni nei contesti di gioco e di competizione. - Modalità di integrazione di elementi del linguaggio corporeo con altri linguaggi. - Il linguaggio del corpo per esprimere attraverso le gestualità concetti ed emozioni. - Strutture ritmiche in diverse situazioni motorie - Il rapporto tra parola, movimento, sentimento e/o stato d'animo. - Il gioco di squadra: importanza della comunicazione e della collaborazione. - Le caratteristiche e le regole dei giochi all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport.

<p>2) 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.</p>	<p>oggetti, agli altri.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</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>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>3-1) Conoscere e applicare</p>	<p>2-1 a) Assume e controlla in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</p> <p>2-2 a) Utilizza il linguaggio gestuale e motorio per esprimere e comunicare individualmente e collettivamente stati d'animo, idee, situazioni, emozioni e sentimenti anche attraverso le esperienze ritmico-musicale</p> <p>3-1 a) Conosce e applica correttamente</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Il valore delle regole. - Il ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuali e di squadra. - L'assunzione di responsabilità e d'impegno per il bene comune - Conoscenza pratica dei principali gesti tecnici di alcuni sport individuali e di squadra (atletica leggera, basket, calcio, pallavolo, badminton..) - Le regole della competizione sportiva. - Le differenti attrezzature e il loro utilizzo. - Il concetto di sicurezza ed integrità fisica. - Atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di sé e dei compagni. - I rischi ed i pericoli connessi all'attività motoria. I comportamenti funzionali alla sicurezza. - Il concetto di salute. I principi elementari di una sana alimentazione in rapporto all'attività da svolgere. La razione alimentare - Ritmo respiratorio e cardiaco in situazioni di movimento e di rilassamento. Cambiamenti del ritmo cardiaco e respiratorio e della tensione muscolare dovuti all'attività motoria. - Il "fair play" durante lo svolgimento di giochi e gare individuali e di
--	---	--	--

<p>3) Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>4) Sperimenta in forma semplificata e progressivamente in forma sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p>	<p>correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.</p> <p>3-2) Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>4-1) 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.</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre - sportivi, individuali e di squadra.</p> <p>3-2 a) Sa gestire il proprio corpo nelle varie situazioni di gioco-sport cooperando nel gruppo.</p> <p>4-1 a) Conosce e apprende la tecnica di base di alcune discipline sportive.</p>	<p>squadra.</p> <p>- Le relazioni corrette con il gruppo, il rispetto delle diverse capacità e caratteristiche personali.</p>
---	--	---	---

<p>5) Agisce rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico e extrascolastico.</p> <p>6) Riconosce alcuni essenziali principi relative al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di</p>	<p>5-1) Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>6-1) Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>6-2) Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> <p>7-7) Rispettare le regole nella</p>	<p>5-1 a) Utilizza in modo responsabile spazi e attrezzature, sia individualmente che in gruppo</p> <p>5-1 b) Adotta corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni nei vari ambienti.</p> <p>6-1 a) Assume comportamenti igienici e salutistici.</p> <p>6-2 a) Controlla la respirazione, la frequenza cardiaca e il tono muscolare.</p> <p>7-7 a) Rispetta le</p>	
--	--	---	--

<p>sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>7) Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria con rispetto dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p>	<p>regole dei giochi sportivi praticati assumendo un atteggiamento di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando ed interagendo con gli altri.</p>	
--	---	--	--

EDUCAZIONE FISICA

- **Utilizzare schemi motori e posturali in situazione simultanea e contemporanea.**
- **Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.**
- **Comprendere il valore delle regole e l'importanza di rispettarle nelle occasioni di gioco e di sport.**
- **Rispettare i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.**

CRITERI DI VALUTAZIONE di EDUCAZIONE FISICA

10	Piena padronanza degli schemi motori e posturali e ottime capacità coordinative; pieno rispetto delle regole nei giochi e nello sport.
9	Piena padronanza degli schemi motori e posturali e buone capacità coordinative; rispetto delle regole nei giochi e nello sport.
8	Buona padronanza degli schemi motori e posturali e delle capacità coordinative; rispetto delle regole nei giochi e nello sport.
7	Discreta padronanza degli schemi motori e posturali e delle capacità coordinative; rispetto delle regole principali nei giochi e nello sport.
6	Sufficiente padronanza degli schemi motori e posturali e delle capacità coordinative; rispetto parziale delle regole nei giochi e nello sport.
5	Inadeguata padronanza degli schemi motori e posturali; rispetto parziale delle regole nei giochi e nello sport.

CRITERI DI VERIFICA DI EDUCAZIONE FISICA

<i>COORDINAZIONE DINAMICA GENERALE E SCHEMI MOTORI E POSTURALI</i>	<i>Ottime capacità coordinative</i>	10
	<i>Sicure capacità coordinative</i>	9
	<i>Buone capacità coordinative</i>	8
	<i>Discrete capacità coordinative</i>	7
	<i>Sufficiente capacità coordinative</i>	6
	<i>Incerte capacità coordinative</i>	5
<i>COMUNICAZIONE ED ESPRESSIONE CORPOREA</i>	<i>Pronta e disinvolta</i>	10
	<i>Pronta e sicura</i>	9

	<i>Sicura</i>	8
	<i>Adeguata</i>	7
	<i>Parziale sicurezza</i>	6
	<i>Non ancora adeguata</i>	5
CONOSCENZA DELLE REGOLE NEI GIOCHI E NELLO SPORT	<i>Conosce le regole, le applica correttamente, le rispetta e si adegua facilmente ai cambiamenti</i>	10
	<i>Conosce le regole, le rispetta e le applica con sicurezza</i>	9
	<i>Conosce le regole e le applica in modo soddisfacente</i>	8
	<i>Conosce le regole e le applica</i>	7
	<i>Conosce le regole e le applica parzialmente</i>	6
	<i>Non conosce tutte le regole, le applica in parte e non sempre le rispetta</i>	5
RISPETTO DI CRITERI BASE DI SICUREZZA PER SE' E PER GLI ALTRI	<i>Piena consapevolezza e rispetto</i>	10
	<i>Piena consapevolezza</i>	9
	<i>E' consapevole e rispettoso</i>	8
	<i>E' consapevole</i>	7
	<i>E 'sufficientemente consapevole, ma non sempre dimostra rispetto</i>	6
	<i>Non è sempre consapevole</i>	5

EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Salute e benessere, prevenzione e sicurezza
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. ❖ Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. ❖ Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. ❖ Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole). 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Conoscere e applicare 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. ❖ Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. ❖ Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. ❖ Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra. ❖ Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. ❖ Saper 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. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. ❖ Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. – Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. ❖ Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. – Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. ❖ Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol).

EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO– CLASSE PRIMA

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE (esprimersi in modo personale, con creatività e partecipazione, essere sensibile alla pluralità di culture, lingue, esperienze)

COMPETENZE DISCIPLINARI		<p>L'alunno...</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia 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		CONOSCENZE	ABILITA'
1.	L CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<p>Le parti del corpo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Test motori. ✓ Raggiungimento di un obiettivo. ✓ Schemi motori di base. ✓ Controllo del corpo in modalità di staticità e di dinamicità. ✓ La lateralizzazione. ✓ Gestione dello spazio a disposizione. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conoscere le parti del proprio corpo. ✓ Iniziare a conoscere le proprie possibilità di movimento attraverso la misurazione delle capacità condizionali con test motori. ✓ Imparare a comprendere il significato di impegno per raggiungere un obiettivo o un traguardo. ✓ Consolidare gli schemi motori di base. ✓ Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico. ✓ Consolidare la lateralità. ✓ Gestire lo spazio e il tempo di un'azione rispetto a se stesso, ad un oggetto, ad un compagno.
	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La mimica. ✓ Il ritmo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimica. ✓ Eseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici specifici

2.	MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA		
3.	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Elementi tecnici delle discipline sportive. ✓ Risoluzione di problemi motori. ✓ Partecipazione ai giochi. ✓ Le regole dei giochi. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline sportive. ✓ Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori. ✓ Partecipare attivamente ai giochi di movimento. ✓ Accogliere nella propria squadra tutti i compagni. ✓ Rispettare le regole delle discipline sportive praticate.
4.	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzo degli spazi e degli attrezzi a disposizione per il movimento. ✓ Le norme d'igiene personale. ✓ Il movimento e lo stile di vita. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri. ✓ Conoscere le principali norme d'igiene: abbigliamento adeguato e adeguati comportamenti. ✓ Capire l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita.
SAPERI IRRINUNCIABILI AL TERMINE DELLA CLASSE PRIMA			
1.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ I segmenti del corpo e i movimenti specifici. ✓ Le posizioni fondamentali. ✓ Gli schemi motori semplici. ✓ Schemi motori combinati. ✓ Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di informazioni. ✓ Orientamento spaziale. ✓ Le andature e lo spazio disponibile. ✓ La direzione, la lateralità. ✓ La destra e la sinistra. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare schemi motori di base. ✓ Eseguire semplici combinazioni di movimento. 	
2.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La postura e la comunicazione. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare in varie modalità i piccoli attrezzi. ✓ Utilizzare e saper mettere in atto, anche se non perfettamente, le corrette abilità motorie. 	
3.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Le discipline sportive. ✓ La gestualità tecnica. ✓ Il valore e le regole dello sport. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Partecipare ad ogni tipologia di gioco-sport, rispettando le regole e accettando i vari ruoli proposti. 	

	✓ <i>Il gruppo.</i>	
4.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Comportamenti consoni alle situazioni.</i> ✓ <i>L'igiene del corpo.</i> ✓ <i>Regole alimentari e di movimento.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Utilizzare i vari attrezzi in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni.</i> ✓ <i>Acquisire la consapevolezza di quali sono i comportamenti che portano ad un benessere psico-fisico.</i>

ATTIVITA'

SETTEMBRE/OTTOBRE/ NOVEMBRE	DICEMBRE/GENNAIO	FEBBRAIO/MARZO	APRILE/MAGGIO/GIUGNO
<i>Acquisire consapevolezza che il superamento degli ostacoli sviluppa nel soggetto la capacità di affrontare difficoltà. L'alunno deve essere in grado di eseguire esercizi anche complessi sfruttando una migliore velocità e mobilità articolare. Deve saper saltare, correre con un uso calibrato delle proprie energie</i>	<i>Igiene. Alimentazione. Il corpo umano.</i>	<i>prendere coscienza dell'importanza di uno sviluppo armonico del proprio corpo.</i>	<i>Rendersi conto dell'importanza dell'attività motoria, come formazione di un atteggiamento di collaborazione e di un rispetto delle regole e dello sport e del gioco. L'alunno deve saper partecipare ai giochi di squadra.</i>

AMBIENTE DI APPRENDIMENTO

VALUTAZIONE

METODOLOGIA	MEZZI E STRUMENTI	MODALITA' DI VERIFICA	CRITERI DI VALUTAZIONE
<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Esercizi di rilassamento globale e segmentario, rotolamenti, capovolte.</i> ✓ <i>Esercizi di coordinazione, lanci e recezioni di palloni da fermi e in movimento. Giochi vari con la palla, variazioni di ritmo, di traiettorie, di distanze e di intervalli.</i> ✓ <i>Illustrazione dei contenuti con l'aiuto di sussidi didattici.</i> ✓ <i>Lettura e comprensione dei testi.</i> ✓ <i>Corse di varia andatura con aumento graduale di durata</i> 	<i>cerchi, palloni, attrezzi piccoli, grandi ed occasionali, palestra e campi da gioco.</i>	<i>test motori, colloqui orali, questionari scritti, giochi di squadra</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>La valutazione si effettua tenendo presente:</i> ✓ <i>progressi fatti registrare rispetto al livello di partenza</i> ✓ <i>raggiungimento degli obiettivi educativi e cognitivi trasversali</i> ✓ <i>livello delle conoscenze e delle abilità acquisite nella disciplina</i> ✓ <i>livello delle competenze disciplinari e trasversali attraverso:</i>

<p><i>e di distanza, corse veloci.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Esercizi di respirazione, esercizi individuali, a coppie, esercizi per l'elasticità muscolare.</i> ✓ <i>Percorsi e giochi di destrezza.</i> ✓ <i>Modifica di alcune regole tecniche per favorire la collaborazione tra gli alunni.</i> ✓ <i>Affidamento dei compiti di arbitraggio affinché avvertano tutti la necessità di far rispettare le regole di gioco.</i> ✓ <i>Sport di squadra (calcio, pallamano, badminton ecc..).</i> 			<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>osservazione diretta dell'alunno durante il</i> ▪ <i>lavoro (autonomia operativa, cognitiva ed</i> ▪ <i>emotivo – relazionale)</i> ▪ <i>auto – valutazione dell'allievo/a</i> ▪ <i>valutazione dell'insegnante</i>
--	--	--	--

EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO– CLASSE SECONDA

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE (*esprimersi in modo personale, con creatività e partecipazione, essere sensibile alla pluralità di culture, lingue, esperienze*)

COMPETENZE DISCIPLINARI	<p><i>L'alunno...</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.</i> ✓ <i>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</i> ✓ <i>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.</i> ✓ <i>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</i> ✓ <i>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</i> ✓ <i>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</i> 		
NUCLEI FONDANTI	CONOSCENZE	ABILITA'	
1.	<p>L CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO</p>	<p><i>Le parti del corpo.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Test motori.</i> ✓ <i>Raggiungimento di un obiettivo.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Consolidare e approfondire le proprie possibilità di movimento.</i> ✓ <i>Valutare i propri movimenti attraverso test motori.</i> ✓ <i>Imparare a sperimentare i più facili principi di allenamento</i>

	SPAZIO E IL TEMPO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Schemi motori di base. ✓ Controllo del corpo in modalità di staticità e di dinamicità. ✓ La lateralizzazione. ✓ Gestione dello spazio a disposizione. 	<ul style="list-style-type: none"> delle capacità motorie condizionali. ✓ Potenziare gli schemi motori di base. ✓ Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico. ✓ Consolidare la lateralità. ✓ Gestire lo spazio e il tempo di un'azione rispetto al gruppo.
2.	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La mimica. ✓ Il ritmo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimica. ✓ Eseguire movimenti da semplici a più complessi seguendo tempi ritmici diversi.
3.	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Elementi tecnici delle discipline sportive. ✓ Risoluzione di problemi motori. ✓ Partecipazione ai giochi. ✓ Le regole dei giochi. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conoscere ed applicare i principali elementi tecnici di diverse discipline sportive. ✓ scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori. ✓ Partecipare attivamente ai giochi pre sportivi e sportivi seguendo le indicazioni del gruppo. ✓ Rispettare le regole delle discipline sportive praticate.
4.	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzo degli spazi e degli attrezzi a disposizione per il movimento. ✓ Le norme d'igiene personale. ✓ L'alimentazione e la salute. ✓ Il movimento e lo stile di vita. ✓ Norme d'intervento. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri. ✓ Conoscere le principali norme d'igiene. ✓ Conoscere le principali norme corrette di alimentazione. ✓ Conoscere le più semplici norme d'intervento nei più banali incidenti di carattere motorio. ✓ Conoscere l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita.
SAPERI IRRINUNCIABILI AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA			
1.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Le parti del corpo: le funzioni fisiologiche e la respirazione. ✓ Le posizioni fondamentali. ✓ Gli schemi motori semplici. ✓ Schemi motori combinati. ✓ Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare schemi motori di base. ✓ Sapere utilizzare schemi posturali. ✓ Eseguire semplici combinazioni di movimento. ✓ Utilizzare e saper mettere in atto, le corrette abilità motorie. 	

	<p>informazioni.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Orientamento spaziale. ✓ Le andature e lo spazio disponibile. ✓ Le variabili spazio/temporali. La direzione, la lateralità. ✓ La destra e la sinistra. 	
2.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comunicazione di idee e stati d'animo attraverso la postura. ✓ Il mimo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizzare in varie modalità i piccoli attrezzi. ✓ Saper proporre alcune novità o modifiche a qualche attività.
3.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Le discipline sportive. ✓ La gestualità tecnica. ✓ Il valore e le regole dello sport. ✓ I giochi della tradizione popolare. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Partecipare ad ogni tipologia di gioco-sport, rispettando le regole e accettando i vari ruoli proposti. ✓ Utilizzare i vari attrezzi in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni ✓ Utilizzare i vari attrezzi in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni.
4.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comportamenti consoni alle situazioni. ✓ L'igiene del corpo. ✓ Regole alimentari e di movimento. ✓ Rapporto movimento salute. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acquisire la consapevolezza di quali sono i comportamenti che portano ad un benessere psico-fisico.

ATTIVITA'

SETTEMBRE/OTTOBRE/ NOVEMBRE	DICEMBRE/GENNAIO	FEBBRAIO/MARZO	APRILE/MAGGIO/GIUGNO
Assumere consapevolezza della funzione di potenziamento, delle abilità fisiche attraverso attività motoria. L'alunno deve essere in grado di eseguire esercizi complessi sfruttando velocità e mobilità articolare, dosando gli impegni e gli sforzi fisici al fine di ottenere risultati positivi.	La salute come conquista dell'educazione e del potenziamento delle funzioni psicofisiche.	Assumere consapevolezza degli schemi motori nel processo di formazione globale di sé.	Organizzare e realizzare i giochi di squadra per renderli formativi sul piano dello sviluppo psico-fisico. L'alunno deve saper gareggiare individualmente e in squadra senza voler primeggiare ad ogni costo e con ogni mezzo.
AMBIENTE DI APPRENDIMENTO		VALUTAZIONE	

METODOLOGIA	MEZZI E STRUMENTI	MODALITA' DI VERIFICA	CRITERI DI VALUTAZIONE
<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Esercizi con palloni e cerchi, e con attrezzi occasionali. Esercizi di distensione passiva e mista.</i> ✓ <i>Esercizi per l'elasticità muscolare.</i> ✓ <i>Corse di varia andatura e con graduale aumento di durata.</i> ✓ <i>Esercizi di respirazione ed a corpo libero.</i> ✓ <i>Igiene. Alimentazione. Elementi di pronto soccorso.</i> ✓ <i>Circuito di destrezza e abilità. Giochi pre-sportivi e sportivi con attività di gruppo che richiedono un organizzazione e un accordo tra i partecipanti.</i> ✓ <i>Sport individuali, sport di squadra. Variazioni di regole tecniche per favorire la collaborazione ed evitare l'individualismo.</i> ✓ <i>Affidamento di compiti a giudice di gara agli alunni affinché avvertano le necessità di far rispettare le regole di gioco.</i> 	<p><i>cerchi, palloni, attrezzi piccoli, grandi ed occasionali, palestra e campi da gioco.</i></p>	<p><i>Test motori- Colloqui orali, questionari scritti, Circuiti di destrezza, giochi di squadra e gare di atletica.</i></p>	<p>La valutazione si effettua tenendo presente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>progressi fatti registrare rispetto al livello di partenza</i> ✓ <i>raggiungimento degli obiettivi educativi e cognitivi trasversali</i> ✓ <i>livello delle conoscenze e delle abilità acquisite nella disciplina</i> ✓ <i>livello delle competenze disciplinari e trasversali attraverso:</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>osservazione diretta dell'alunno durante il lavoro</i> ▪ <i>autonomia operativa, cognitiva ed emotivo – relazionale</i> ▪ <i>auto – valutazione dell'allievo/a</i> ▪ <i>valutazione dell'insegnante</i>

EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO– CLASSE TERZA

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE (*esprimersi in modo personale, con creatività e partecipazione, essere sensibile alla pluralità di culture, lingue, esperienze*)

L'alunno...

- ✓ *è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.*

COMPETENZE DISCIPLINARI		<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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		CONOSCENZE	ABILITA'
1.	L CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<p>Le parti del corpo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Test motori. ✓ Raggiungimento di un obiettivo. ✓ Schemi motori di base. ✓ Controllo del corpo in modalità di staticità e di dinamicità. ✓ La lateralizzazione. ✓ La coordinazione. ✓ Gestione dello spazio a disposizione. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conoscere i principali cambiamenti fisiologici e morfologici e conoscere i principi base dell'allenamento e delle capacità condizionali. ✓ Dosare l'impegno motorio al fine di prolungare nel tempo l'attività rispettando le proprie capacità cardiorespiratorie e muscolari. ✓ saper interpretare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento del gioco. ✓ Potenziare gli schemi motori di base e trasferire le abilità coordinative acquisite in relazione ai gesti tecnici dei vari sport. ✓ Applicare schemi motori per risolvere un problema motorio. ✓ Gestire in modo soddisfacente le variabili spazio-tempo di un'azione motoria complessa.
2.	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La mimica. ✓ Il ritmo. ✓ Codifica dei gesti arbitrali. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rappresentare stati d'animo e idee attraverso la mimica. ✓ Eseguire movimenti da semplici a più complessi seguendo tempi ritmici diversi. ✓ Codificare i gesti arbitrali in relazione al regolamento dei giochi.
3.	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Elementi tecnici delle discipline sportive. ✓ Conoscenza delle capacità condizionali. ✓ Risoluzione di problemi motori. ✓ Partecipazione ai giochi. ✓ Le regole dei giochi. Il senso del gruppo e della squadra. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conoscere e applicare i principali elementi tecnici di diverse discipline sportive. ✓ Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni. ✓ Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando attivamente con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.

		<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Le variabili spazio temporali.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Conoscere e sviluppare le capacità condizionali.</i> ✓ <i>Acquisire sia in forma teorica che pratica il senso di gruppo e di squadra.</i> ✓ <i>Utilizzare e correlare le variabili spazio temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</i>
4.	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Semplici norme di pronto soccorso</i> ✓ <i>Le norme d'igiene personale.</i> ✓ <i>Rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute.</i> ✓ <i>Il movimento e lo stile di vita.</i> ✓ <i>Gli effetti nocivi delle sostanze illecite.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Intervenire con le prime norme di pronto soccorso per le più comuni forme di infortunio che possono verificarsi durante l'attività motoria.</i> ✓ <i>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.</i> ✓ <i>Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, sapendo applicare principi metodologici per mantenere un buono stato di salute.</i> ✓ <i>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, sostanze illecite o che inducono dipendenza.</i>
SAPERI IRRINUNCIABILI AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA			
1.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Le funzioni fisiologiche del corpo.</i> ✓ <i>Le posizioni fondamentali.</i> ✓ <i>Schemi motori combinati.</i> ✓ <i>Schemi motori in simultanea e in successione.</i> ✓ <i>Traiettorie, distanze e ritmi esecutivi.</i> ✓ <i>Classificazioni, memorizzazioni e rielaborazioni di informazioni.</i> ✓ <i>Orientamento spaziale.</i> ✓ <i>Le andature e lo spazio disponibile.</i> ✓ <i>Le variabili spazio/temporali.</i> ✓ <i>La direzione, la lateralità.</i> ✓ <i>La destra e la sinistra.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Saper utilizzare abilità motorie.</i> ✓ <i>Saper adattare le proprie azioni a situazioni differenti.</i> ✓ <i>Saper realizzare movimenti combinati.</i> 	
2.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Comunicazione di contenuti emozionali attraverso la drammatizzazione.</i> ✓ <i>coreografie.</i> ✓ <i>Sequenze di movimento.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Utilizzare, anche se non in modo perfetto, le abilità motorie sportive richieste.</i> 	

3.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Elementi tecnici delle discipline sportive. ✓ La gestualità tecnica. ✓ Il valore e le regole dello sport. ✓ I giochi della tradizione popolare. ✓ Partecipazione ai giochi e rispetto delle regole. ✓ Sviluppo del senso di responsabilità. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Partecipare attivamente ai giochi sportivi proposti, utilizzando le regole correttamente. 	
4.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comportamenti consoni alle situazioni. ✓ L'igiene del corpo. ✓ Regole alimentari e di movimento. ✓ Rapporto movimento salute. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Riconoscere i comportamenti dell'agire in sicurezza. ✓ Saper riconoscere cibi sani e comportamenti adeguati. 	
ATTIVITA'			
SETTEMBRE/OTTOBRE/ NOVEMBRE	DICEMBRE/GENNAIO	FEBBRAIO/MARZO	APRILE/MAGGIO/GIUGNO
<p>Acquisire consapevolezza che il superamento degli ostacoli sviluppa nel soggetto la capacità di affrontare difficoltà. L'alunno deve essere in grado di eseguire esercizi complessi sfruttando velocità e mobilità articolare. Deve saper saltare, correre con uso calibrato delle proprie energie.</p>	<p>La salute come conquista dell'educazione. Gli alunni devono essere in grado di conoscere i principali meccanismi fisiologici e i principi di prevenzione di malattie e di deformazioni indotte anche da errate pratiche sportive.</p>	<p>Presenza di coscienza del valore del corpo e dei suoi molteplici usi: acquisizione dell'autonomia motoria.</p>	<p>Presenza di coscienza del senso e del valore del partecipare ad attività realizzate in gruppo. L'alunno deve saper partecipare a gare e comportarsi correttamente.</p>
AMBIENTE DI APPRENDIMENTO		VALUTAZIONE	
METODOLOGIA	MEZZI E STRUMENTI	MODALITA' DI VERIFICA	CRITERI DI VALUTAZIONE
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Esercizi con cerchi e palloni e con attrezzi occasionali. ✓ Esercizi di distensione passiva e mista. ✓ Esercizi per l'elasticità muscolare. ✓ Corse di varia andatura con graduale aumento di durata. ✓ Esercizi di respirazione ed a corpo libero. 	<p>cerchi, palloni, attrezzi piccoli, grandi ed occasionali, palestra e campi</p>	<p>Test motori Colloqui orali Questionari scritti Giochi di squadra e gare di atletica</p>	<p>La valutazione si effettua tenendo presente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ progressi fatti registrare rispetto al livello di partenza ✓ raggiungimento degli obiettivi educativi e cognitivi trasversali

<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Corsa di resistenza su terreno vario con tempi di esecuzione progressivamente maggiori.</i> ✓ <i>Igiene. Alimentazione. Pronto soccorso. Malattie colonna vertebrale. Doping.</i> ✓ <i>Circuito di destrezza e abilità.</i> ✓ <i>Giochi pre-sportivi e sportivi con attività di gruppo che richiedono organizzazione e accordo tra i partecipanti.</i> ✓ <i>Sport individuali e sport di squadra.</i> ✓ <i>Variatione di regole tecniche per favorire la collaborazione ed evitare individualismi.</i> ✓ <i>Affidamento di compiti a giudice di gara. Partecipazione ai campionati studenteschi.</i> 	<p><i>da gioco.</i></p>		<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>livello delle conoscenze e delle abilità acquisite nella disciplina</i> ✓ <i>livello delle competenze disciplinari e trasversali</i> <p><i>attraverso:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>osservazione diretta dell'alunno durante il lavoro (autonomia operativa, cognitiva ed emotivo – relazionale)</i> ▪ <i>auto – valutazione dell'allievo/a</i> ▪ <i>valutazione dell'insegnante</i>
---	-------------------------	--	---

GRIGLIA E CRITERI DI VALUTAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA

(Criteri di verifica e di valutazione disciplinari coerente con quanto approvato in sede di Collegio dei docenti e riportato nel PTOF)

Tabella della valutazione decimologica

Voto	Valutazione
4	L'alunno mostra grande difficoltà a realizzare richieste motorie e ad adeguarsi a semplici proposte operative; ; è poco incline alle attività specifiche e propone livelli di prestazione molto carenti sotto il profilo esecutivo (possiede scarso tono muscolare ed ha serie difficoltà nell'acquisizione di nuove tecniche);evidenzia difficoltà nel riconoscere ed applicare le forme più elementari dei regolamenti e manifesta spesso la volontaria infrazione degli stessi; dimostra difficoltà a collegare le conoscenze alla pratica motoria; Si esprime in modo incerto e non collabora con i compagni.
5	L'alunno è in difficoltà a realizzare richieste motorie e ad adeguarsi a semplici proposte operative; è poco incline alle attività specifiche e propone livelli di prestazione carenti sotto il profilo esecutivo (possiede scarso tono muscolare ed ha difficoltà nell'acquisizione di nuove tecniche); evidenzia difficoltà nel riconoscere ed applicare le forme più elementari dei regolamenti oppure manifesta spesso la volontaria infrazione degli stessi; dimostra difficoltà a collegare le conoscenze alla pratica motoria; Si esprime in modo incerto e collabora poco con i

	compagni.
6	L'alunno utilizza gli schemi motori in situazioni meccaniche e poco strutturate (trova difficoltà nell'eseguire semplici combinazioni motorie); possiede incertezze e difficoltà nell'esecuzione dei gesti specifici, ma è in grado di portarli a termine in tempi e modi stabiliti; manifesta conoscenze frammentarie dei regolamenti, i quali non sempre vengono applicati e rispettati; dimostra una conoscenza frammentaria e superficiale delle relazioni anatomo-funzionali con l'attività motoria; lavora con i compagni solo se sollecitato.
7	L'alunno utilizza gli schemi motori, anche se non sempre con efficacia e disinvoltura (controlla ed esegue con qualche incertezza, ma correttamente). ha un adeguato grado di preparazione motoria; manifesta sufficienti conoscenze dei regolamenti, anche se l'applicazione e il rispetto degli stessi sono talvolta superficiali; conosce in modo accettabile gli aspetti anatomo-fisiologici del movimento; Si esprime con sufficiente padronanza di termini specifici e lavora discretamente con i compagni.
8	L'alunno mostra buone capacità condizionali ed una responsabile applicazione dei contenuti specifici (esegue con buona padronanza i gesti tecnici proposti); utilizza schemi motori in modo abbastanza sicuro e con una certa disinvoltura; manifesta un adeguato livello conoscitivo dei regolamenti che applica e rispetta con sicurezza; conosce gli aspetti anatomo-fisiologici del movimento, utilizza in modo corretto gli attrezzi e gli spazi e collabora con i compagni in modo costruttivo.
9	l'alunno evidenzia capacità condizionali molto buone; esegue il gesto motorio in modo abbastanza personale ed autonomo; manifesta conoscenze quasi complete, sa applicarle, rispettarle in modo autonomo e spontaneo; conosce in modo piuttosto approfondito aspetti anatomo-fisiologici del movimento e sa correlarli all'attività motoria scelta; collabora con i compagni in modo costruttivo.
10	l'alunno evidenzia spiccate capacità condizionali; utilizza le abilità motorie in modo personale ed autonomo; manifesta conoscenze complete, sa applicarle, rispettarle in modo autonomo e spontaneo; conosce in modo approfondito aspetti anatomo-fisiologici del movimento e sa correlarli all'attività motoria scelta; collabora con i compagni in modo costruttivo.

NB: L'insegnante terrà conto di tali indicatori con la dovuta flessibilità, nel rispetto del lavoro soggettivo ed autonomo di ciascun allievo.