

PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO					
CLASSE PRIMA					
COMPETENZE CHIAVE	COMPETENZE DISCIPLINARI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		VALUTAZIONE	VOTO
		ABILITA'	CONOSCENZE		
IMPARARE AD IMPARARE  COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE  SPIRITO DI INIZIATIVA E IMPRENDITORIALITA'  CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE	<b>IL CORPO NELLA RELAZIONE SPAZIO-TEMPO (MOVIMENTO)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Consolidare gli schemi motori e sperimentare nuove azioni</li> <li>-Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico</li> <li>-Eseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici diversi</li> <li>-Sperimentare le proprie possibilità di movimento con test delle qualità motorie</li> <li>-Sperimentare delle abilità acquisite per risolvere problemi motori nelle variabili spaziali anche in ambiente naturale</li> </ul>	<b>CONOSCERE:</b> Gli schemi motori di base Gli elementi relativi all'orientamento spazio - temporale e all'equilibrio statico e dinamico Le funzioni fisiologiche, i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età, le capacità condizionali Gli elementi relativi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale	Ha consapevolezza della propria corporeità, utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni.	10 9
				Controlla azioni motorie in situazioni semplici e combinate	8 7
				Esegue azioni motorie in situazioni semplici	6
				Guidato esegue azioni motorie in situazioni semplici	5
				Non partecipa	4
	<b>"LINGUAGGIO DEL CORPO" COME MODALITA' COMUNICATIVA-ESPRESSIVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Utilizzare il linguaggio del corpo per esprimersi e comunicare, operando individualmente, a coppie, in piccoli gruppi</li> <li>-Decodificare i linguaggi non verbali di compagni, avversari, insegnanti</li> <li>-Utilizzare in forma originale e creativa gli oggetti, variare e ristrutturare diverse forme di movimento</li> </ul>	<b>CONOSCERE:</b> Gli elementi di comunicazione non verbale  Gli elementi ritmici applicati al movimento Linguaggio specifico motorio-sportivo	Utilizza il linguaggio del corpo per esprimersi e comunicare con soluzioni personali e creative.	10 9
				Utilizza il linguaggio del corpo per esprimersi e comunicare	8 7
				Esegue semplici gesti motori per esprimersi e comunicare	6
				Guidato esegue semplici gesti motori per esprimersi e comunicare	5
				Non partecipa	4
	<b>"GIOCO-SPORT", REGOLE E FAIR PLAY</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Eseguire i principali elementi tecnici semplificati dei giochi sportivi e sport scegliendo azioni e soluzioni efficaci per risolvere i problemi motori</li> <li>-Sperimentare semplici strategie di gioco e tattiche.</li> <li>-Partecipare attivamente collaborando con i compagni e rispettando le diversità.</li> <li>-Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto delle regole, ruoli</li> </ul>	<b>CONOSCERE:</b> gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra. Conoscere il concetto di strategia e tattica. Conoscere modalità relazionali che promuovono la valorizzazione delle differenze e l'inclusione per raggiungere un obiettivo comune Conoscere le principali regole, anche semplificate, indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport	Nel gioco e nello sport, risolve problemi motori padroneggiando tecniche e strategie e rispettando le regole e i valori sportivi	10 9
				Nel gioco e nello sport, utilizza abilità tecniche e semplici strategie nel rispetto delle regole e dei valori sportivi	8 7
				Utilizza alcune abilità tecniche e, guidato, collabora rispettando le regole principali	6
				Guidato collabora rispettando le regole principali	5
				Non partecipa	4
	<b>"SALUTE E BENESSERE" PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri. Applicare le più semplici norme d'intervento nei più banali incidenti di carattere motorio Applicare le principali norme d'igiene: abbigliamento, rispetto e cura del corpo Per il proprio benessere mantenersi attivi fisicamente, dosando lo sforzo e rilassamento	<b>CONOSCERE:</b> Principali norme per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza ed elementari nozioni pratiche di primo soccorso. Principali norme d'igiene personale e di sicurezza in palestra	Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere	10 9
				Applica comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza e il proprio benessere	8 7
				Applica alcuni comportamenti per tutelare la sicurezza e la salute	6
				Guidato applica comportamenti essenziali per tutelare la sicurezza e la salute	5
				Non partecipa	4

PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO					
CLASSE SECONDA					
COMPETENZE CHIAVE	COMPETENZE DISCIPLINARI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		VALUTAZIONE	VOTO
		ABILITA'	CONOSCENZE		
IMPARARE AD IMPARARE  COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE  SPIRITO DI INIZIATIVA E IMPRENDITORIALITA'  CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE	<b>IL CORPO NELLA RELAZIONE SPAZIO-TEMPO (MOVIMENTO)</b>	-Potenziare gli schemi motori e migliorare le proprie capacità motorie coordinative -Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico -Eseguire movimenti semplici seguendo tempi ritmici diversi -Sperimentare lo sviluppo delle qualità condizionali valutandole con test motori -Sperimentare delle abilità acquisite per risolvere problemi motori nelle variabili spaziali anche in ambiente naturale	<b>CONOSCERE:</b> Le capacità coordinative e le procedure utilizzate per migliorarle Gli elementi relativi all'orientamento spazio - temporale anche in ambiente naturale Gli elementi relativi all'equilibrio statico e dinamico Il ruolo del ritmo nelle azioni Le funzioni fisiologiche e le capacità condizionali	Ha consapevolezza della propria corporeità, utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni.	10 9
				Controlla azioni motorie in situazioni semplici e combinate	8 7
				Esegue azioni motorie in situazioni semplici	6
				Guidato esegue azioni motorie in situazioni semplici	5
				Non partecipa	4
	<b>"LINGUAGGIO DEL CORPO" COME MODALITA' COMUNICATIVA-ESPRESSIVA</b>	-Saper utilizzare il linguaggio del corpo per esprimersi e comunicare, operando a coppie, in piccoli gruppi anche in forma originale e creativa -Decodificare i linguaggi non verbali di compagni, avversari, insegnanti	<b>CONOSCERE:</b> Gli elementi di comunicazione non verbale Gli elementi ritmici applicati al movimento L'anticipazione motoria	Utilizza il linguaggio del corpo per esprimersi e comunicare con soluzioni personali e creative.	10 9
				Utilizza il linguaggio del corpo per esprimersi e comunicare	8 7
				Esegue semplici gesti motori per esprimersi e comunicare	6
				Guidato esegue semplici gesti motori per esprimersi e comunicare	5
				Non partecipa	4
	<b>"GIOCO-SPORT", REGOLE E FAIR PLAY</b>	- Rispettare le regole dei giochi e attività - Partecipare attivamente collaborando con i compagni e rispettando le diversità. - Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto delle regole -Eseguire i principali elementi tecnici semplificati dei giochi sportivi e sport scegliendo azioni e soluzioni efficaci per risolvere i problemi motori - Sperimentare semplici strategie di gioco e tattiche.	<b>CONOSCERE:</b> I gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra. Conoscere il concetto di strategia e tattica. Conoscere modalità relazionali che promuovono la valorizzazione delle differenze e l'inclusione per raggiungere un obiettivo comune Conoscere le principali regole, anche semplificate, indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport	Nel gioco e nello sport, risolve problemi motori padroneggiando tecniche e strategie, e rispettando le regole e i valori sportivi	10 9
				Nel gioco e nello sport, utilizza abilità tecniche e semplici strategie nel rispetto delle regole e dei valori sportivi	8 7
				Utilizza alcune abilità tecniche e, guidato, collabora rispettando le regole principali	6
				Guidato collabora rispettando le regole principali	5
				Non partecipa	4
	<b>"SALUTE E BENESSERE" PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	- Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri -Applicare le più semplici norme d'intervento nei più banali incidenti di caratteremotorio - Applicare le principali norme d'igiene: abbigliamento, rispetto e cura del corpo - Riconoscere le le principali modificazioni fisiologiche del corpo durante l'attività	<b>CONOSCERE:</b> Principali norme per la prevenzione degli infortuni, ed elementari nozioni pratiche di primo soccorso. Principali norme d'igiene personale e di sicurezza in palestra Effetti del movimento per il benessere Informazioni principali sul sistema cardio/respiratorio correlato al movimento	Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere	10 9
				Applica comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza e il proprio benessere	8 7
				Applica alcuni comportamenti per tutelare la sicurezza e la salute	6
				Guidato applica comportamenti essenziali per tutelare la sicurezza e la salute	5
				Non partecipa	4

PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO					
CLASSE TERZA					
COMPETENZE CHIAVE	COMPETENZE DISCIPLINARI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		VALUTAZIONE	VOTO
		ABILITA'	CONOSCENZE		
IMPARARE AD IMPARARE  COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE  SPIRITO DI INIZIATIVA E IMPRENDITORIALITA'  CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE	<b>IL CORPO NELLA RELAZIONE SPAZIO-TEMPO (MOVIMENTO)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consolidare le capacità coordinative adattandole ai cambiamenti morfologici del corpo</li> <li>- Coordinare gli schemi motori in situazioni sempre più complesse</li> <li>- Adattare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazioni di equilibrio statico, dinamico e in volo</li> <li>- Realizzare sequenze di movimenti su strutture ritmiche più complesse</li> <li>- Valutare i propri miglioramenti con test delle qualità motorie</li> <li>- Utilizzare delle abilità acquisite per risolvere problemi motori nelle variabili spaziali anche in ambiente naturale</li> </ul>	CONOSCERE: Gli schemi motori di base Gli elementi relativi all'orientamento spazio-temporale e all'equilibrio statico e dinamico Le funzioni fisiologiche, i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età, le capacità condizionali Gli elementi reletivi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale	Ha consapevolezza della propria corporeità, utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni.	10 9
				Controlla azioni motorie in situazioni semplici e combinate	8 7
				Esegue azioni motorie in situazioni semplici	6
				Guidato esegue azioni motorie in situazioni semplici	5
				Non Partecipa	4
	<b>"LINGUAGGIO DEL CORPO" COME MODALITA' COMUNICATIVA-ESPRESSIVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare il linguaggio del corpo in forma originale e creativa per esprimersi e comunicare, operando individualmente, a coppie, in piccoli gruppi</li> <li>- Decodificare i linguaggi non verbali di compagni, avversari, insegnanti</li> <li>- Utilizzare in forma originale e creativa una struttura ritmica</li> </ul>	CONOSCERE: Gli elementi di comunicazione non verbale  Gli elementi ritmici applicati al movimento Linguaggio specifico motorio-sportivo	Utilizza il linguaggio del corpo per esprimersi e comunicare con soluzioni personali e creative.	10 9
				Utilizza il linguaggio del corpo per esprimersi e comunicare	8 7
				Esegue semplici gesti motori per esprimersi e comunicare	6
				Guidato esegue semplici gesti motori per esprimersi e comunicare	5
				Non partecipa	4
	<b>"GIOCO-SPORT", REGOLE E FAIR PLAY</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rispettare le regole nei giochi e nelle attività</li> <li>- Acquisire ed utilizzare i fondamentali individuali nei giochi sportivi praticati</li> <li>- Partecipare in modo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi e rispettosi delle regole e del fair.play</li> <li>- Stabilire corretti rapporti interpersonali e mettere in atto comportamenti cooperativi all'interno del gruppo</li> <li>- Arbitrare una partita degli sport praticati</li> </ul>	CONOSCERE: gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra. Conoscere il concetto di strategia e tattica. Conoscere modalità relazionali che promuovono la valorizzazione delle differenze e l'inclusione per raggiungere un obiettivo comune Conoscere le principali regole, anche semplificate, indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport	Nel gioco e nello sport, risolve problemi motori padroneggiando tecniche e strategie e rispettando le regole e i valori sportivi	10 9
				Nel gioco e nello sport, utilizza abilità tecniche e semplici strategie nel rispetto delle regole e dei valori sportivi	8 7
				Utilizza alcune abilità tecniche e, guidato, collabora rispettando le regole principali	6
				Guidato collabora rispettando le regole principali	5
				Non partecipa	4
	<b>"SALUTE E BENESSERE" PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza ed elementi di primo soccorso.</li> <li>- Applicare le principali norme d'igiene: abbigliamento, rispetto e cura del corpo</li> <li>- Utilizzare in modo sempre più consapevole le procedure proposte per migliorare le capacità motorie e per favorire il raggiungimento di uno stato di benessere psicofisico</li> <li>- Essere consapevoli degli effetti negativi del doping sulla salute degli atleti</li> </ul>	CONOSCERE: Le principali norme per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza ed elementari nozioni pratiche di primo soccorso. Le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere Il doping: reato e pratica eticamente scorretta. Le principali sostanze dopanti e i loro effetti negativi sulla salute degli atleti.	Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere	10 9
				Applica comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza e il proprio benessere	8 7
				Applica alcuni comportamenti per tutelare la sicurezza e la salute	6
				Guidato applica comportamenti essenziali per tutelare la sicurezza e la salute	5
				Non partecipa	4