

Progettazione di Scienze Motorie

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO		
CLASSE: PRIMA		
DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE		
COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>1. Il corpo, il movimento e le sue relazioni con l'ambiente. Ha acquisito la consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e alla evoluzione psico-fisica.</p> <p>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva. Utilizza i linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni personali.</p> <p>3. Lo sport, le regole e il fair play. Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi.</p> <p>4. Salute, benessere, prevenzione e sicurezza. Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere.</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in modo razionale ed economico. 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 compagni di squadra nella realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. Saper utilizzare e trasferire le capacità coordinative consolidate per la realizzazione dei gesti tecnici di alcuni sport. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole). 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. Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p>	<p>Schemi motori di base (correre, saltare, lanciare, afferrare...) e loro combinazioni; capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità). Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche.</p> <p>Capacità coordinative (generali e speciali).</p> <p>Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale.</p> <p>Linguaggio specifico motorio-sportivo.</p> <p>Gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione.</p> <p>Concetto di strategia e tattica.</p> <p>Il fair play.</p> <p>Regole fondamentali di alcune discipline sportive.</p> <p>Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.</p> <p>Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-strutturali e test motori.</p> <p>Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica.</p> <p>Presenza di coscienza e conoscenza delle funzioni fisiologiche alla base del</p>

	<p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati. Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti degli avversari. Saper adottare regole e comportamenti tali da tutelare e migliorare il benessere e la sicurezza comuni. Riconoscere il benessere derivante dall'esercizio fisico e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere.</p>
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		
<p>Controlla azioni motorie in situazioni semplici. Padroneggia con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base e le loro combinazioni incrementa le proprie capacità condizionali. Utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato. Nel gioco e nello sport conosciuti, utilizza alcune abilità tecniche e collabora rispettando le regole principali. Applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere.</p>		
CRITERI DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE		
<p>Indicatori</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacità di gestire aspetti relazionali, tecnici e tattici delle attività ludico-motorie e sportive ✓ Evoluzione delle capacità condizionali ✓ Padronanza delle tecniche sportive, sia individuali che di squadra ✓ Acquisizione del "fair play" ✓ Acquisizione di norme d'igiene e tutela della salute ✓ Verifiche pratiche: test motori e osservazione sistematica e in itinere sugli aspetti legati alla motricità, al gioco e allo sport. 		
VERIFICHE PERIODICHE		
<p>Verifiche pratiche: test motori e osservazione sistematica e in itinere sugli aspetti legati alla motricità, al gioco e allo sport. Verifiche scritte: quiz a risposta multipla, vero o falso e risposta aperta. Verifiche orali.</p>		
MEDIAZIONE DIDATTICA		
<p>Problem solving Cooperative learning Lezione dialogata e attiva Peer tutoring Ascolto attivo</p>		

Progettazione di Scienze Motorie

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO		
CLASSE: SECONDA SEZ		
DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE		
COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>1. Il corpo, il movimento e le sue relazioni con l'ambiente. Ha acquisito la consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e alla evoluzione psico-fisica.</p> <p>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva. Utilizza i linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni personali.</p> <p>3. Lo sport, le regole e il fair play. Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi.</p> <p>4. Salute, benessere, prevenzione e sicurezza. Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere.</p>	<p>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.</p> <p>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in particolari situazioni sportive.</p> <p>Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</p> <p>Saper decodificare i gesti di compagni in situazione di gioco e di sport.</p> <p>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste del gioco in forma economica e utile per la squadra.</p> <p>Mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>Conoscere e applicare il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro e di giudice.</p>	<p>Consolidamento delle capacità coordinative (generalì e speciali); capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità).</p> <p>Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche. Tecniche e abilità motorie nelle diverse forme di gioco e sport.</p> <p>Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale.</p> <p>Gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione.</p> <p>Concetto di strategia e tattica.</p> <p>Il fair play.</p> <p>Il corpo umano.</p> <p>Regole fondamentali di alcune discipline sportive.</p> <p>Linguaggio specifico motorio-sportivo.</p> <p>Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.</p> <p>Il corpo umano ed il suo funzionamento.</p> <p>Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-staturali e test motori.</p>

	<p>Saper adottare regole e comportamenti tali da tutelare e migliorare il benessere e la sicurezza comuni.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica.</p> <p>Presenza di coscienza e conoscenza delle funzioni fisiologiche alla base del movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere.</p>
--	---	---

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

Controlla azioni motorie in situazioni semplici.
 Padroneggia con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base e le loro combinazioni incrementa le proprie capacità condizionali.
 Utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato.
 Nel gioco e nello sport conosciuti, utilizza alcune abilità tecniche e collabora rispettando le regole principali.
 Applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere.

CRITERI DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE

Indicatori

- ✓ Padronanza delle abilità motorie di base (combinazione degli schemi motori di base e capacità coordinative)
- ✓ Evoluzione delle capacità condizionali.
- ✓ Padronanza delle tecniche sportive, sia individuali che di squadra.
- ✓ Capacità di gestire aspetti relazionali, tecnici e tattici delle attività ludico-motorie e sportive.

VERIFICHE PERIODICHE

Verifiche pratiche: test motori e osservazione sistematica e in itinere sugli aspetti legati alla motricità, al gioco e allo sport
 Verifiche scritte: quiz a risposta multipla, vero o falso e risposta aperta. Verifiche orali.

MEDIAZIONE DIDATTICA

Problem solving
 Cooperative learning
 Lezione dialogata e attiva
 Peer tutoring
 Ascolto attivo



ANNO SCOLASTICO 2020/2021

Progettazione di Scienze Motorie

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO		
CLASSE: TERZA SEZ		
DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE		
COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>1. Il corpo, il movimento e le sue relazioni con l'ambiente. Ha acquisito la consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e alla evoluzione psico-fisica.</p> <p>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva. Utilizza i linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni personali.</p> <p>3. Lo sport, le regole e il fair play. Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi.</p> <p>4. Salute, benessere, prevenzione e sicurezza. Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere.</p>	<p>Il corpo e a la sua relazione con lo spazio e il tempo. 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 particolari situazioni sportive.</p> <p>Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</p> <p>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste del gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>Consolidamento delle capacità coordinative (generalì e speciali); capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità).</p> <p>Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche. Tecniche e abilità motorie nelle diverse forme di gioco e sport.</p> <p>Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale.</p> <p>Gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione.</p> <p>Concetto di strategia e tattica.</p> <p>Il fair play.</p> <p>Regole fondamentali di alcune discipline sportive.</p> <p>Linguaggio specifico motorio-sportivo.</p> <p>Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.</p> <p>Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-staturali e test motori.</p>

	<p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. Saper adottare regole e comportamenti tali da tutelare e migliorare il benessere e la sicurezza comuni. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica.</p> <p>Presenza di coscienza e conoscenza delle funzioni fisiologiche alla base del movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere.</p>
--	---	---

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

Controlla azioni motorie in situazioni semplici.
 Padroneggia con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base e le loro combinazioni incrementa le proprie capacità condizionali.
 Utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato.
 Nel gioco e nello sport conosciuti, utilizza alcune abilità tecniche e collabora rispettando le regole principali.
 Applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere.

CRITERI DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE

Indicatori

- ✓ Padronanza delle abilità motorie di base (combinazione degli schemi motori di base e capacità coordinative)
- ✓ Evoluzione delle capacità condizionali.
- ✓ Padronanza delle tecniche sportive, sia individuali che di squadra.
- ✓ Capacità di gestire aspetti relazionali, tecnici e tattici delle attività ludico-motorie e sportive.

VERIFICHE PERIODICHE

Verifiche pratiche: test motori e osservazione sistematica e in itinere sugli aspetti legati alla motricità, al gioco e allo sport
 Verifiche scritte: quiz a risposta multipla, vero o falso e risposta aperta. Verifiche orali.

MEDIAZIONE DIDATTICA

Problem solving
 Cooperative learning
 Lezione dialogata e attiva
 Peer tutoring

Ascolto attivo