

## PROGRAMMAZIONE ANNUALE PER DISCIPLINE CLASSI PRIME

### SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

#### SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Nel primo ciclo l'**EDUCAZIONE FISICA** promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti. Contribuisce, inoltre, alla formazione della personalità dell'alunno attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea, nonché del continuo bisogno di movimento come cura costante della propria persona e del proprio benessere.

In particolare, lo "stare bene con se stessi" richiama l'esigenza che il curricolo dell'educazione al movimento preveda esperienze tese a consolidare stili di vita corretti e salutari, come presupposto di una cultura personale che valorizzi le esperienze motorie e sportive, anche extrascolastiche, come prevenzione di ipocinesia, sovrappeso e cattive abitudini alimentari.

Le attività motorie e sportive forniscono agli alunni le occasioni per riflettere sui cambiamenti del proprio corpo, per accettarli e viverli serenamente come espressione della crescita e del processo di maturazione di ogni persona. L'educazione motoria è quindi l'occasione per promuovere esperienze cognitive, sociali, culturali e affettive. L'attività motoria e sportiva, soprattutto nelle occasioni in cui fa sperimentare la vittoria o la sconfitta, contribuisce all'apprendimento della capacità di modulare e controllare le proprie emozioni. Partecipare alle attività motorie e sportive significa condividere con altre persone esperienze di gruppo, promuovendo l'inserimento anche di alunni con varie forme di diversità ed esaltando il valore della cooperazione e del lavoro di squadra. Il gioco e lo sport sono, infatti, mediatori e facilitatori di relazioni e "incontri". L'attività sportiva promuove il valore del rispetto di regole concordate e condivise e i valori etici che sono alla base della convivenza civile. Promuove il **FAIR PLAY**.

|                   |  |
|-------------------|--|
| <b>Competenze</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>● Organizzare condotte motorie coordinando diversi tipi di movimento. Utilizzare piani di lavoro per lo sviluppo delle capacità condizionali.</li><li>● Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando diversi codici espressivi.</li><li>● Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecnico-tattiche negli sport praticati. Rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole delle discipline praticate.</li><li>● Rispetta criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri<br/>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta.</li></ul> |
|-------------------|--|

|                |   |
|----------------|---|
| <b>Abilità</b> | <p>1 ABILITÀ</p> <p>Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport</p> <p>Saper applicare schemi e azioni di movimento per risolvere in forma originale e creativa un determinato problema motorio, riproducendo anche nuove forme di movimento</p> <p>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in forma grezza in ogni situazione sportiva</p> <p>Riconoscere e interiorizzare il ritmo nell'elaborazione motoria</p> <p>Sapersi orientare nell'ambiente naturale attraverso la lettura e decodificazione di mappe e in funzione all'obiettivo, spazio, compagni e in situazioni variabili.</p> <p>2 ABILITÀ</p> <p>Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica utilizzando anche attrezzi di fortuna o fantasia in forma creativa</p> <p>Rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo</p> <p>Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco</p> <p>Utilizzare il linguaggio del corpo per comunicare con i compagni in situazioni di gioco</p> <p>Elaborare ed eseguire coreografie o danze utilizzando semplici sequenze ritmiche o musicali sportive praticate</p> <p>3 ABILITÀ</p> <p>Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra</p> <p>Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro e/o funzioni di giuria</p> <p>Saper gestire gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, accettando la "sconfitta" Inventare nuove forme di attività ludico-sportive.</p> <p>Saper acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'attività motoria, in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza</p> |
|----------------|---|

|  |   |
|--|---|
|  | <p>Giungere, secondo i propri tempi, alla presa di coscienza e al riconoscimento che l'attività realizzata e le procedure utilizzate migliorano le qualità coordinative e condizionali, facendo acquisire uno stato di benessere. <b>Mettere in atto comportamenti che rispecchiano il valore del fair play.</b></p> <p>Utilizzare in modo responsabile spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo.</p>  |
| <p><b>Conoscenze della disciplina</b></p> <p>(Riferiti al Curricolo di scuola)</p> | <p>1 CONOSCENZE</p> <p>Memorizzare le capacità coordinative generali e speciali necessarie allo sviluppo delle abilità sportive</p> <p>Comprendere i comandi del docente con linguaggio specifico/tecnico della disciplina (flessione, estensione ecc..)</p> <p>2 CONOSCENZE</p> <p>Le tecniche di espressione corporea</p> <p>Identificare i contenuti emotivi del linguaggio corporeo</p> <p>I gesti arbitrali delle principali discipline affrontate</p> <p>3 CONOSCENZE</p> <p>Gli elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport</p> <p>Descrivere l'esecuzione dei fondamentali evidenziando il timing corretto del movimento</p> <p>Gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco</p> <p><b>Le regole e i valori del fair play</b></p> <p>4 CONOSCENZE</p> <p>Le norme generali di prevenzione degli infortuni in rapporto all'utilizzo degli attrezzi</p> <p>Comprendere gli effetti delle attività motorie per il benessere della persona</p> <p>Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione</p> |
| <p><b>Contenuti/argomenti specifici della disciplina</b></p>                       | <p>Teoria: le regole dell'attività in palestra.</p> <p>Test d'ingresso per la valutazione delle capacità coordinative e condizionali: test di resistenza, velocità, forza arti inferiori e superiori, lanci e prese, circuiti di destrezza.</p> <p>Capacità condizionali : esercizi mirati allo sviluppo della resistenza della rapidità e flessibilità in singoli o coppie, ecc...,</p> <p>Capacità coordinative: esercizi a corpo libero e con ausilio di attrezzi, finalizzate al consolidamento delle capacità coordinative generali e speciali.</p>  |

|   |   |
|---|---|
|   | <p>Giochi di movimento per la socializzazione utilizzati come riscaldamento e avviamento alle discipline sportive</p> <p>Teoria: capacità condizionali e coordinative Esercizi per il controllo e la gestione dell'espressività corporea sia nelle fasi di gioco e non</p> <p>Teoria: educazione al benessere e salute</p> <p>Esercizi fondamentali dei giochi sportivi: pallavolo, pallacanestro, pallamano, pallatamburello, pallapugno, dodgeball, frisbee, tchoukball, prove di partita, danza sportiva, ecc.</p> <p>Atletica: corsa lunga durata e in preparazione alla campestre, corsa veloce, salti alto e lungo , lanci, ecc.</p> <p>Teoria: le posizioni e i movimenti di base – schema corporeo /motori</p> <p>I bisogni del corpo e gli effetti dell'attività fisica</p> <p>Conoscenze e regolamento degli sport affrontati con l'ausilio visivo della lim e supporti informatici utili a svolgere le attività proposte</p> <p>Eventuali incontri sportivi a classi parallele in relazione alle tempistiche di fine anno</p> <p>Verifiche ; test motori di inizio e fine anno, giochi di squadra, eventuale test scritto</p> <p>Riflessioni finali sull'attività svolta.</p> <p><b>EDUCAZIONE CIVICA</b></p> <p>Trasversale a tutte le discipline con UDA condivise</p> <p>“Giornata Mondiale della bici”</p> |
| <b>Obiettivi minimi</b>   | Per gli obiettivi minimi si fa riferimento alla tabella sottostante   |
| <b>Interventi individualizzati per il recupero *</b>  | <p>La verifica degli apprendimenti avviene in itinere, attraverso l'osservazione sistematica e l'ascolto delle conoscenze acquisite. Approfondimenti tematici saranno dedicati per il recupero ed il potenziamento mediante visione di video tematici.</p> <p>Modalità di approfondimento: Affidamento di incarichi, impegni e/o coordinamento; Valorizzazione degli interessi extrascolastici sportivi positivi; Ricerche individuali e/o di gruppo, Sviluppo dello spirito critico e della creatività; Rielaborazione e problematizzazione dei contenuti motori Esercitazioni per affinare le abilità</p>   |
| <b>Attività di recupero, sostegno ed integrazione per gli alunni in difficoltà di apprendimento</b> | L'impostazione metodologica tenderà in particolare a: dare fiducia allo studente, con attività di rinforzo al fine di incoraggiarlo, superando situazioni di disagio e di inadeguatezza; dialogare con lo studente in difficoltà, per scoprirne le problematiche e poter predisporre gli interventi alternativi risolutivi, adatti alle sue carenze; accrescere nello studente l'autostima valorizzando i propri punti di forza. I ragazzi  |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>saranno guidati individualmente e motivati all'impegno calamitandoli sul piano affettivo, facendo leva sulla loro sensibilità e sull'autostima. Si utilizzeranno esercizi differenziati, opportune semplificazioni, risoluzione guidata di problemi di vario genere al fine di - recuperare e rafforzare le conoscenze disciplinari pregresse, - perfezionare l'uso dei linguaggi specifici, - acquisire il metodo di studio, per arrivare ad ampliare le conoscenze disciplinari specifiche dell'allievo guidandolo ad una crescente autonomia</p>  |
| <p><b>Sussidi che si intendono utilizzare</b></p>                                    | <p>Tutti i piccoli e grandi attrezzi in dotazione alla palestra, l'ambiente naturale, attrezzi di invenzione/recupero/fantasia testo adottato</p>   |
| <p><b>Metodologia</b></p>  | <p>La scelta dei metodi sarà fatta in funzione dell'obiettivo da raggiungere e dalle caratteristiche psicologiche e fisiche dei ragazzi. Saranno proposte attività stimolanti e giochi di gruppo. Nelle diverse attività si darà spazio a momenti di riflessione sugli elementi più significativi. Esse terranno conto del grado di sviluppo delle capacità motorie di base, della preparazione, della resistenza e dell'allenamento degli allievi. Gli argomenti verranno proposti cercando di stimolare nei ragazzi la ricerca di soluzioni idonee per risolvere e superare le difficoltà. Per gli alunni con difficoltà generali o specifiche sono attuati i seguenti interventi: - Attività graduate e guidate; - Esercitazioni e consolidamento; - inserimento nei gruppi di lavoro - Valorizzazioni degli alunni e dei loro interessi. - Gratificazioni. Si cercherà, nel corso dell'anno scolastico, di raggiungere il perfezionamento del gesto tecnico attraverso: -spiegazione, dimostrazione, correzione collettiva e individuale -aumento progressivo della velocità di esecuzione -aumento del numero delle ripetizioni -incremento dei carichi di lavoro -creazione di situazioni di gioco sempre più complesse affrontate prima in forma globale e poi più analitica -ricerca delle soluzioni motorie più vantaggiose per ottenere i migliori risultati con il minimo dispendio di energia, metodo globale-analitico-globale ,attività proposte in forma ludica, cooperative learning, peer teaching, stile d'insegnamento misto: deduttivo e induttivo.</p> |
| <p><b>Verifica : tipologia di verifiche, scansione temporale delle verifiche</b></p> | <p>Prove scritte e orali: 1 o 2 per quadrimestre.</p> <p>Prove pratiche: osservazione costante delle modalità di svolgimento delle esercitazioni. Per realizzare i curricoli disciplinari descritti è necessario tenere sempre sotto controllo il percorso di ciascun allievo, verificando le conoscenze e le abilità che sta acquisendo osservandolo mentre affronta i problemi e svolge le attività, valutando il progressivo consolidarsi delle competenze. Le verifiche intermedie e le valutazioni periodiche e finali saranno coerenti con gli obiettivi e i traguardi previsti dalle Indicazioni e declinati nel curriculum. La verifica sarà realizzata sistematicamente con prove oggettive quali prove pratiche, esercizi e test; prove soggettive quali colloqui e libere espressioni. Sarà dato spazio ai compiti di realtà, come i progetti di scuola, alle osservazioni sistematiche e autobiografie cognitive. Si cercherà di suscitare l'attenzione dell'alunno, richiedendo un serio impegno nel lavoro, tenendo conto delle capacità dei singoli. L'attività sarà diretta anche ad esigere il rispetto delle regole, la responsabilità e la solidarietà verso gli altri e dei <b>valori del FAIR PLAY.</b></p>  |

|                        |  |
|------------------------|--|
|                        | Di rilevante importanza sarà l'attenzione, partecipazione e l'impegno dimostrati durante l'anno scolastico.  |
| <b>NUCLEI FONDANTI</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</li> <li>2. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</li> <li>3. Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</li> <li>4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</li> </ol> |

| DISCIPLINA                        | OBIETTIVI MINIMI   |   |  |
|-----------------------------------|--|---|--|
|                                   | CLASSE I   | CLASSE II   | CLASSE III   |
| <b>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper orientare il proprio corpo nello spazio/tempo anche in riferimento al compagno, all'attrezzo e al contesto motorio, sia in forma statica che dinamica.</li> <li>• Esprimere idee e stati d'animo attraverso la gestualità e la mimica.</li> <li>• Distinguere le regole del gioco-sport.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eseguire le abilità motorie generali e specifiche con l'uso di piccoli attrezzi.</li> <li>• Rappresentare esperienze vissute attraverso il linguaggio mimico- gestuale.</li> <li>• Applicare le regole delle attività svolte.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eseguire le abilità specifiche dei giochi sportivi proposti.</li> <li>• Applicare le regole dei giochi sportivi proposti.</li> <li>• Inserirsi agevolmente nel contesto-squadra.</li> </ul> |

| CONOSCENZE-CONTENUTI |           |            |
|----------------------|-----------|------------|
| CLASSE I             | CLASSE II | CLASSE III |
|                      |           |            |

|  |   |   |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordina ed utilizza diversi schemi motori coordinati tra loro (afferra/lancia, corre/salta, corre/afferra, salta/lancia, corre/palleggi a)</li> <li>• Riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie</li> <li>• Esegue in forma globale i gesti tecnici fondamentali degli sport praticati a scuola</li> <li>• Coopera nel gioco e rispetta le regole</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlla i segmenti corporei in situazioni complesse (circuiti motori, lavoro a stazioni, percorsi con piccoli attrezzi)</li> <li>• Utilizza gli aspetti comunico-relazionali del linguaggio motorio per poter dar il proprio contributo nel lavoro/gioco di squadra</li> <li>• Conosce tecniche e tattiche dei giochi sportivi e le regole degli sport praticati a scuola</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere e applicare i fondamentali dei giochi di squadra (Pallavolo, Basket, Badminton, Baseball, Frisbee)</li> <li>• Saper decodificare i gesti dei compagni nelle varie situazioni di gioco</li> <li>• Gestire in modo consapevole le situazioni competitive, svolgere ruolo di arbitro e giudice</li> </ul> |
|--|---|---|

| <b>STRATEGIE DI RECUPERO</b>  |   |  |
|---|---|--|
| <b>CLASSE I</b>   | <b>CLASSE II</b>  | <b>CLASSE III</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proposta di un programma di allenamento per incrementare le capacità condizionali e per migliorare le proprie abilità</li> <li>• Avviamento sportivo: dal gioco allo sport</li> <li>• Stimolare e valorizzare la creatività personale</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proposta di un programma di allenamento per incrementare le capacità condizionali e per migliorare le proprie abilità</li> <li>• Avviamento sportivo: dal gioco allo sport</li> <li>• Stimolare e valorizzare la creatività personale</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proposta di un programma di allenamento per incrementare le capacità condizionali e per migliorare le proprie abilità</li> <li>• Avviamento sportivo: dal gioco allo sport</li> <li>• Stimolare e valorizzare la creatività personale</li> <li>• Preparazione di tabelle di sintesi sui regolamenti tecnici delle attività sportive proposte</li> </ul> |

Nel rispetto della libertà di insegnamento, si precisa che ogni docente potrà decidere in autonomia di non trattare tutti gli argomenti qui elencati, o di affrontarli solo per cenni, operando scelte personali motivate, riguardanti la selezione di contenuti, strumenti e metodologie, anche in relazione ai progetti e alle iniziative di ampliamento dell'offerta formativa presenti nel nostro I.C.

**GRIGLIA DI VALUTAZIONE  
CLASSE PRIMA**

| <b>LIVELLO MINIMO</b> | <i>voto<br/>assistenza</i> | CONOSCENZE  | COMPETENZE                  |                         |   | DESCRITTORE DI COMPETENZA   | <i>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</i>  |
|-----------------------|----------------------------|---|-----------------------------|-------------------------|---|---|--|
|                       |                            |   | COMUNICATIVE                | OPERATIVE               | COGNITIVE E MOTORIE   |   |  |
| assistenza            | < 5                        | Conoscenze di base dei contenuti teorici della disciplina   | Usa dei termini specifici   | Schemi motori di base   | Capacità di coordinazione tra diversi schemi motori di base   | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; carenti nei dati essenziali per lacune molto ampie</li> <li>&gt; inefficace e priva di elementi di organizzazione</li> <li>&gt; molto faticosa; limitata a qualche singolo aspetto isolato e marginale</li> <li>&gt; appiattisce i dati in modo indifferenziato; confonde i dati essenziali con gli aspetti accessori; non perviene ad analisi e sintesi accettabili</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Opera in modo continuo solo se guidato e con l'aiuto di supporti didattici</li> <li>● Utilizza solo parzialmente gli schemi motori di base</li> <li>● Conosce in modo frammentario le principali regole di gioco</li> <li>● Conosce in modo frammentario le principali caratteristiche dei fondamentali individuali</li> <li>● Conosce in modo frammentario le principali caratteristiche dei fondamentali di squadra</li> <li>● Si inserisce nei giochi di squadra e collabora nel gruppo</li> </ul> |
| recupero              | 5 ≤ 6                      | • Conoscenza di base dei contenuti teorici della disciplina | • Usa dei termini specifici | • Schemi motori di base | • Capacità di coordinazione tra diversi schemi motori di base | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; incomplete rispetto ai contenuti minimi fissati per la disciplina</li> <li>&gt; carente sul piano contenutistico</li> <li>&gt; insicura e parziale</li> <li>&gt; ordina i dati in modo confuso; coglie solo parzialmente i nessi problematici e opera analisi e sintesi non sempre adeguate</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Opera in modo continuo solo per tempi brevi</li> <li>● Utilizza gli schemi motori di base in modo superficiale</li> <li>● Conosce le principali regole di gioco</li> <li>● Conosce in modo frammentario le principali caratteristiche dei fondamentali individuali</li> <li>● Conosce in modo frammentario le principali caratteristiche dei fondamentali di squadra</li> <li>● Sa relazionarsi positivamente con il gruppo e inserirsi nel gioco</li> </ul>  |

|                   |       |  |   |   |  |  |   |
|-------------------|-------|--|---|---|--|--|---|
| <i>essenziale</i> | 6 ≤ 7 | <p>Conoscenze di base dei contenuti teorici della disciplina</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tecniche di espressione corporea</li> </ul>  | <p>Usa dei termini specifici</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscenza del regolamento di alcuni sport praticati</li> </ul>   | <p>Schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità condizionali</li> </ul>  | <p>Capacità di coordinazione tra diversi schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attività motoria e benessere psico fisico</li> </ul> | <p>› non sempre complete, di taglio prevalentemente mnemonico, ma pertinenti e tali da consentire la comprensione dei contenuti fondamentali stabiliti</p> <p>› accettabile sul piano espressivo e capace di comunicare i contenuti anche se in modo superficiale</p> <p>› complessivamente corretta ma presenta lentezza e meccanicità</p> <p>› ordina i dati e coglie i nessi in modo elementare; riproduce analisi e sintesi desunte dagli strumenti didattici utilizzati</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Opera in modo continuo</li> <li>• Utilizza gli schemi motori di base</li> <li>• Conosce le principali regole di gioco</li> <li>• Conosce le principali caratteristiche dei fondamentali individuali</li> <li>• Conosce le principali caratteristiche dei fondamentali di squadra</li> <li>• utilizzare piani di lavoro per l'incremento delle capacità condizionali e il miglioramento degli schemi motori</li> <li>• gestire in modo consapevole le abilità specifiche riferite a semplici situazioni tecnico/tattiche di squadra</li> <li>• sa relazionarsi con il gruppo rispettando le caratteristiche personali degli altri</li> <li>• svolgere compiti di giuria e arbitraggio</li> </ul>  |
| <i>intermedio</i> | 7 ≤ 8 | <p>Conoscenze di base dei contenuti teorici della disciplina</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tecniche di espressione corporea</li> <li>• attività sportiva come valore etico</li> </ul> | <p>Usa dei termini specifici</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscenza del regolamento di alcuni sport</li> <li>• tecniche di allenamento</li> <li>• effetti delle attività motorie e sportive sul corpo umano</li> </ul> | <p>Schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità condizionali</li> <li>• Consolidamento delle capacità coordinative</li> <li>• gestione della competizione</li> </ul> | <p>Capacità di coordinazione tra diversi schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attività motoria e benessere psico fisico</li> </ul> | <p>› pressoché complete, anche se di tipo prevalentemente descrittivo</p> <p>› corretta, ordinata, anche se non sempre specifica nei contenuti</p> <p>› corretta, semplice e lineare</p> <p>› ordina i dati in modo chiaro; stabilisce gerarchie coerenti; imposta analisi e sintesi guidate</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Opera in modo continuo e autonomo</li> <li>• Utilizza gli schemi motori di base</li> <li>• Conosce i regolamenti dei giochi di squadra</li> <li>• Conosce le caratteristiche specifiche dei fondamentali individuali</li> <li>• Conosce le principali caratteristiche dei fondamentali di squadra</li> <li>• utilizzare piani di lavoro per l'incremento delle capacità condizionali e il miglioramento degli schemi motori</li> <li>• modula e distribuisce il carico motorio-sportivo e rispetta le pause di recupero</li> <li>• gestire in modo consapevole le abilità specifiche riferite a i situazioni tecnico/tattiche di squadra</li> <li>• svolgere compiti di giuria e arbitraggio</li> <li>• sa relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità</li> </ul> |

|                 |       |  |  |  |   |   |   |
|-----------------|-------|--|--|--|---|---|---|
|                 | 8≤9   | <p>Conoscenze di base dei contenuti teorici della disciplina</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tecniche di espressione corporea</li> <li>• attività sportiva come valore etico</li> <li>•effetti delle attività motorie: benessere e prevenzione</li> </ul> | <p>Usa dei termini specifici</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscenza del regolamento di alcuni sport</li> <li>• tecniche di allenamento</li> <li>•effetti delle attività motorie e sportive sul corpo umano</li> </ul> | <p>Schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità condizionali</li> <li>•Consolidamento delle capacità coordinative</li> <li>• il confronto con gli altri e la gestione della competizione</li> </ul> | <p>Capacità di coordinazione tra diversi schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Attività motoria e benessere psico fisico</li> </ul> | <p>› complete e puntuali</p> <p>›chiara, scorrevole, con specifici contenuti</p> <p>›corretta e consapevole</p> <p>›ordina i dati con sicurezza e coglie i nuclei problematici; imposta analisi e sintesi in modo autonomo</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Opera in modo continuo, autonomo e creativo</li> <li>• Utilizza consapevolmente tutti gli schemi motori di base</li> <li>• Conosce i regolamenti dei giochi di squadra</li> <li>• Conosce le caratteristiche specifiche dei fondamentali individuali</li> <li>• Conosce le caratteristiche dei fondamentali di squadra</li> <li>• utilizzare piani di lavoro per l'incremento delle capacità condizionali e il miglioramento degli schemi motori</li> <li>• modula e distribuisce il carico motorio-sportivo e rispetta le pause di recupero</li> <li>• gestisce in modo consapevole le abilità specifiche riferite a situazioni tecnico/tattiche di squadra</li> <li>• svolgere compiti di giuria e arbitraggio</li> <li>•sa relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità e le caratteristiche personali</li> </ul>                         |
| <i>avanzato</i> | 9 ≤10 | <p>Conoscenze di base dei contenuti teorici della disciplina</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tecniche di espressione corporea</li> <li>• attività sportiva come valore etico</li> <li>•effetti delle attività motorie: benessere e prevenzione</li> </ul> | <p>Usa dei termini specifici</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscenza del regolamento di alcuni sport</li> <li>• tecniche di allenamento</li> <li>•effetti delle attività motorie e sportive sul corpo umano</li> </ul> | <p>Schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità condizionali</li> <li>•Consolidamento delle capacità coordinative</li> <li>• il confronto con gli altri e la gestione della competizione</li> </ul> | <p>Capacità di coordinazione tra diversi schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Attività motoria e benessere psico fisico</li> </ul> | <p>› approfondite e ampliate</p> <p>› autonoma e ricca sul piano contenutistico e metodologico</p> <p>›autonoma, completa e rigorosa, con alcuni contributi personali</p> <p>›stabilisce con agilità relazioni e confronti; analizza con precisione e sintetizza efficacemente;</p> <p>inserisce elementi di valutazione caratterizzati da decisa autonomia</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Opera in modo continuo, autonomo e creativo</li> <li>• Utilizza consapevolmente tutti gli schemi motori di base</li> <li>• Conosce i regolamenti dei giochi di squadra</li> <li>• Conosce le caratteristiche specifiche dei fondamentali individuali</li> <li>• Conosce le caratteristiche dei fondamentali di squadra</li> <li>• utilizzare piani di lavoro per l'incremento delle capacità condizionali e il miglioramento degli schemi motori</li> <li>• modula e distribuisce il carico motorio-sportivo e rispetta le pause di recupero</li> <li>• gestisce in modo consapevole le abilità specifiche riferite a situazioni tecnico/tattiche di squadra</li> <li>• svolge compiti di giuria e arbitraggio</li> <li>• sa relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse e le caratteristiche personali</li> </ul> |

|                          |           |  |  |  |   |   |   |
|--------------------------|-----------|--|--|--|---|---|---|
| <p><i>eccellente</i></p> | <p>10</p> | <p>Conoscenze di base dei contenuti teorici della disciplina</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tecniche di espressione corporea</li> <li>• attività sportiva come valore etico</li> <li>•effetti delle attività motorie: benessere e prevenzione</li> </ul> | <p>Usa dei termini specifici</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• conoscenza del regolamento di alcuni sport</li> <li>• tecniche di allenamento</li> <li>•effetti delle attività motorie e sportive sul corpo umano</li> </ul> | <p>Schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacità condizionali</li> <li>•Consolidamento delle capacità coordinative</li> <li>• il confronto con gli altri e la gestione della competizione</li> </ul> | <p>Capacità di coordinazione tra diversi schemi motori di base</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Attività motoria e benessere psico fisico</li> </ul> | <p>»largamente approfondite, ricche di apporti personali</p> <p>»elegante e creativa con articolazione dei diversi registri espressivi</p> <p>»profonda e capace di contributi personali significativi</p> <p>»stabilisce relazioni complesse, anche di tipo interdisciplinare; analizza in modo acuto e originale;</p> <p>è in grado di compiere valutazioni critiche del tutto autonome</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Opera in modo continuo, autonomo e creativo</li> <li>• Utilizza consapevolmente tutti gli schemi motori di base</li> <li>• Conosce i regolamenti dei giochi di squadra</li> <li>• Conosce le caratteristiche specifiche dei fondamentali individuali</li> <li>• Conosce le caratteristiche dei fondamentali di squadra</li> <li>• utilizzare piani di lavoro per l'incremento delle capacità condizionali e il miglioramento degli schemi motori</li> <li>• modula e distribuisce il carico motorio-sportivo e rispetta le pause di recupero</li> <li>• gestisce in modo consapevole le abilità specifiche riferite a situazioni tecnico/tattiche di squadra</li> <li>• svolge compiti di giuria e arbitraggio</li> <li>• sa relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse e le caratteristiche personali</li> </ul> |
|--------------------------|-----------|--|--|--|---|---|---|