

**ISTITUTO COMPRENSIVO "ILARIA ALPI – ANTONIO GRAMSCI"
SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO A.S. 2024/2025**

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	PROF./PROF.SSA	CLASSI PRIME	
Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali	Orientarsi nello spazio e nel tempo e interpretare i sistemi simbolici e culturali della società, esprimendo curiosità e ricerca di senso In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento, esprimersi negli ambiti più congeniali: motori, artistici e musicali		
Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare	Avere cura e rispetto di se, degli altri e dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto. Utilizzare conoscenze e nozioni di base in modo organico per ricercare e organizzare nuove informazioni. Accedere a nuovi apprendimenti in modo autonomo. Portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme ad altri		
Competenza in materia di cittadinanza	Comprendere la necessità di una convivenza civile p, pacifica e solidale per la costruzione del bene comune e agire in modo coerente. Esprimere le proprie personali opinioni e sensibilità nel rispetto di sé e degli altri. Partecipare alle diverse funzioni pubbliche nelle forme possibili, in attuazione dei principi costituzionali. Riconoscere ed apprezzare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose in un'ottica di dialogo e di rispetto reciproco. Osservare comportamenti e atteggiamenti rispettosi dell'ambiente, dei beni comuni, della sostenibilità ambientale, economica, sociale, coerentemente con l'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile.		
Competenza digitale	Utilizzare con consapevolezza e responsabilità le tecnologie digitali per ricercare, produrre ed elaborare dati e informazioni, per interagire con altre persone, come supporto alla creatività e alla soluzione di problemi		
Competenza imprenditoriale	Dimostrare spirito di iniziativa, produrre idee e progetti creativi. Assumersi le proprie responsabilità, chiedere aiuto e fornirlo quando necessario. Riflettere su se stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti. Orientare le proprie scelte in modo consapevole.		
Fonti di legittimazione:	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006 Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012; raccomandazione del consiglio del 22 maggio 2018 relativa alle competenze chiave per l'apprendimento permanente; Decreto ministeriale n.14 del 30 gennaio 2024		
COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITA'	CONOSCENZE	ESPERIENZE DIDATTICHE DISCIPLINARI
Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse	<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i> 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)	Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro utilizzo. Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico, dinamico e di volo e quelli relativi alle strutture temporali e ritmiche. Conoscere gli elementi relativi all'orientamento spazio-temporale dell'azione motoria anche nell'ambiente naturale. Conoscere cambiamenti morfologici del sé corporeo caratteristici dell'età.	(Esperienze didattiche disciplinari in palestra, di carattere extrascolastico, all'aperto – per il conseguimento degli obiettivi d'Istituto) In palestra (metodi e strumenti): Per quanto riguarda i contenuti, i metodi e i mezzi d'insegnamento, le competenze richieste e le tipologie di verifica saranno graduati in base alla fascia d'età, al livello di apprendimento motorio e alle dinamiche della classe. In particolare i contenuti riguarderanno:

<p>Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune</p>	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva 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 espressive, di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>Conoscere modalità di espressione corporea utilizzando una varietà di segni/segnali e identificare i contenuti emotivi. Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo. Conoscere gli schemi ritmici applicati al movimento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Attività a corpo libero utilizzando i grandi e piccoli attrezzi disponibili in palestra. • Percorsi, circuiti. • Sport individuali (atletica leggera e ginnastica artistica di base, propedeutici al tennis) • Elementi tecnici individuali base di alcuni sport di squadra • Conoscenze teoriche relative alla tutela della salute e alla pratica sportiva.
<p>Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo</p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play (educazione civica) Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa. Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa 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.</p>	<p>Conoscere i gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra. Conoscere il concetto di strategie e di tattica. Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune. Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport anche con finalità di arbitraggio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Attività in ambiente naturale: Orienteering • Torneo scolastico di palla rilanciata • Partecipazione Coppa Faganelli (selezione) • Triathlon al campo di atletica S. Giuliano
<p>Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita</p>	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del raggiungimento di un benessere psico-fisico. 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 adottando 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, o di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p>	<p>Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza e alcuni elementi di primo soccorso. Conoscere i principi fondamentali della corretta alimentazione e dell'igiene personale e avere le prime informazioni sulle sostanze che inducono dipendenza (fumo, doping, droghe, alcool) e i suoi effetti negativi. Conoscere le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere.</p>	<p>La metodologia didattica sarà necessariamente flessibile ed in stretta relazione agli obiettivi da conseguire. A seconda delle situazioni si utilizzeranno metodi direttivi e non direttivi.</p> <p>Procedimento metodologico: dal globale all'analitico, al sintetico, al globale graduato.</p> <p>Forme di insegnamento: dal collettivo all'individualizzato, dall'individuo al gruppo, alla rotazione dei gruppi.</p> <p>In aula: 2 lezioni teoriche sull'educazione civica in riferimento alle linee guida del ministero: educazione alla cittadinanza (<i>rispetto delle regole, acquisizione del senso di responsabilità individuale e collettiva</i>) educazione alla convivenza (<i>il significato di essere squadra, il senso di appartenenza, l'inclusione</i>) educazione ambientale educazione alla salute</p>

GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLE PROVE TEORICHE E PRATICHE

Indicatori Descrittori	Conoscenze teoriche (Sapere)	Abilità motorie tecniche (Saper Fare)	Impegno e partecipazione (Saper Essere)	Traguardi di competenze
9 – 10	Dimostra conoscenze complete, dinamiche e approfondite. E' in grado di effettuare collegamenti.	Applica la tecnica acquisita in modo preciso, tatticamente efficace e personale.	Ottimi l'impegno e la partecipazione.	Avanzate. Utilizza in modo autonomo le conoscenze-abilità in base al contesto.
8	Dimostra un buon livello di conoscenza.	Esprime un buon livello tecnico operativo proponendo schemi tattici adeguati alle situazioni.	Buoni e costanti l'impegno e la partecipazione.	Avanzate. Utilizza in modo soddisfacente le conoscenze-abilità in base al contesto.
7	Dimostra un discreto livello di conoscenza.	Esprime un discreto livello tecnico operativo proponendo schemi tattici poco elaborati.	Discreti l'impegno e la partecipazione.	Intermedia. Utilizza in modo adeguato le conoscenze-abilità in base al contesto.
6	Dimostra conoscenze accettabili anche se piuttosto superficiali.	Applica una tecnica adeguata in condizioni tattiche elementari e ripetitive.	Sufficienti impegno e partecipazione.	Iniziale-Intermedia. Utilizza in modo accettabile le conoscenze-abilità in base al contesto.
4 - 5	Dimostra conoscenze settoriali.	Modesta l'applicazione di tecnica e tattiche elementari.	Superficiali impegno e partecipazione.	Iniziale. Utilizza in modo frammentario le conoscenze-abilità in base al contesto.

*I voti potranno essere aumentati di uno o due punti in base alla regolarità dell'impegno, dell'attenzione, della progressione del processo di apprendimento (bonus docente)

STRUMENTI: - TEST DI ENTRATA - PROVE PRATICHE DI VERIFICA - OSSERVAZIONI SISTEMATICHE.

Luogo e data

Prof./Prof.ssa