|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| DISCIPLINA EDUCAZIONE FISICA | | | | | |
| competenza  **Ambito di competenza** | | CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE – ESPRESSIONE CORPOREA | | | |
| Obiettivi di apprendimento | | | |
| Classe I | Classe II | | Classe III |
| *Il corpo e la sua relazione con lo spazio* | | * Saper applicare schemi e azioni di movimento per risolvere in forma originale e creativa un determinato problema motorio. * Saper applicare le abilità apprese per migliorare le capacità condizionali (forza, resistenza, rapidità, mobilità articolare). * Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali per realizzare il gesto motorio in ogni situazione di gioco | * Saper applicare schemi e azioni di movimento per risolvere in forma originale e creativa un determinato problema motorio, riproducendo anche nuove forme di movimento. * Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti motori dei vari sport. * Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali per realizzare il gesto sportivo in ogni situazione di gioco | | * 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 (problem solving). * Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. |
| **Valutazione degli obiettivi in decimi** | | | | | |
| Voto descrittori | | | | | |
| 4 | Applica schemi di movimento in modo limitato e utilizzando le variabili spazio -temporali confusamente | | | | |
| 5 | Applica schemi di movimento in modo confuso e utilizza in modo poco coordinato le variabili spazio temporali | | | | |
| 6 | applica schemi di movimento in modo superficiale e utilizza le variabili spazio-temporali con incertezza | | | | |
| 7 | applica schemi di movimento in modo quasi sicuro e utilizza le variabili spazio-temporali con funzionalità | | | | |
| 8 | applica schemi di movimento in modo funzionale rispettando variabili spazio -temporale con appropriatezza | | | | |
| 9 | applica schemi di movimento in modo quasi corretto rispettando le variabili spazio-temporali | | | | |
| 10 | applica schemi di movimento in modo completo e corretto utilizzando in modo pertinente le variabili spazio-temporali | | | | |
|  | | | | | |
| **Ambito di competenza** | | Classe I | Classe II | | Classe III |
| *Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva* | | * - Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea * - Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco. | * 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 situazioni di gioco e di sport. | | * 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 arbitrali in relazione all’applicazione del regolamento di gioco. Utilizzare documenti storici ai fini della produzione scritta e orale |
| **Valutazione degli obiettivi in decimi** | | | | | |
| Voto | **descrittori** | | | | |
| 4 | Conosce in maniera carente semplici tecniche di espressione corporea | | | | |
| 5 | Conosce parzialmente e utilizza qualche semplice tecnica di espressione corporea , riconoscendo taluni gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco | | | | |
| 6 | Conosce e utilizza semplici tecniche di espressione corporea , riconoscendo alcuni gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco | | | | |
| 7 | Conosce utilizza le tecniche di espressione corporea , decodificando i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco | | | | |
| 8 | Conosce utilizza le tecniche di espressione corporea , decodificando con precisione i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco | | | | |
| 9 | Conosce e utilizza le tecniche di espressione corporea , decodificando con sicurezza i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco | | | | |
| 10 | Conosce e padroneggia le tecniche di espressione corporea , decodificando i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco | | | | |
| **Ambito di competenza** | | CLASSE I | | CLASSE II | CLASSE III |
| *Il gioco, lo sport, le regole e il fair play* | | * utilizzare molteplici capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa * Conoscere e applicare le regole del gioco * Saper gestire in modo consapevole le regole del gioco con autocontrollo e rispetto per l’altro, accettando la sconfitta. | | * Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara con autocontrollo e rispetto per l’altro, accettando la sconfitta. * Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport * Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategia di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi. | * Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi a 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. |
| **Valutazione degli obietti in decimi** | | | | | |
| **Voto** | **descrittori** | | | | |
| 4 | Carente nelle capacità coordinative, non applica semplici regole di gioco | | | | |
| 5 | Utilizza in modo poco controllato le capacità coordinative, e alcune regole adattandole a semplici situazioni | | | | |
| 6 | Utilizza parzialmente le capacità coordinative, e alcune regole adattandole a semplici situazioni | | | | |
| 7 | Utilizza le capacità coordinative, e le regole adattandole alle situazioni in forma abbastanza sicura, con poco autocontrollo | | | | |
| 8 | Utilizza le capacità coordinative, e le regole adattandole alle situazioni in forma sicura, con fair play | | | | |
| 9 | Utilizza le capacità coordinative adattandole alle situazioni di gioco in forma originale, gestisce in modo sicuro le regole del gioco con fair play | | | | |
| 10 | Utilizza le capacità coordinative adattandole alle situazioni di gioco in forma originale e creativa, gestisce in modo consapevole le regole del gioco con fair play | | | | |
| **Ambito di competenza** | | CLASSE I | | CLASSE II | CLASSE III |
| *Salute e benessere, prevenzione e sicurezza* | | * Acquisire consapevolezza dei cambiamenti conseguenti dall’attività motoria in relazione ai cambiamenti fisiologici e psicologici tipici della preadolescenza. * conoscere i cambiamenti morfologici, di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività, di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare * 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 consapevole degli effetti nocivi legati all’assunzione di sostanze illecite | | * Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all’attività motoria in relazione ai cambiamenti fisiologici e psicologici tipici della preadolescenza. * conoscere i cambiamenti morfologici, di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività, di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare * 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 consapevole degli effetti nocivi legati all’assunzione di sostanze illecite, adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni | * 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 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 consapevole degli effetti nocivi legati all’assunzione di sostanze illecite, adottare -comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni a possibili situazioni di pericolo |
| **Valutazione degli obietti in decimi** | | | | | |
| **Voto** | **descrittori** | | | | |
| 4 | Conosce solo qualche aspetto dei cambiamenti morfologici, legati allo sport , adotta comportamenti non del tutto adeguati | | | | |
| 5 | Conosce parzialmente i cambiamenti morfologici, legati allo sport , adotta comportamenti poco adeguati | | | | |
| 6 | Conosce sommariamente i cambiamenti morfologici, legati allo sport , adotta comportamenti sicuri in globalmente accettabile | | | | |
| 7 | Conosce globalmente i cambiamenti morfologici, legati allo sport , adotta comportamenti sicuri in maniera accettabile | | | | |
| 8 | Conosce ed è consapevole dei cambiamenti morfologici, legati allo sport , adotta comportamenti in maniera sicura | | | | |
| 9 | Conosce ed è consapevole dei cambiamenti morfologici, legati allo sport , adotta comportamenti in maniera sicura in ogni situazione | | | | |
| 10 | Conosce ed è consapevole dei cambiamenti morfologici, legati allo sport , adotta comportamenti appropriati in ogni situazione | | | | |

Conoscenza limitata ed occasionale Conoscenza parziale Conoscenza sommaria Conoscenza globalmente accettabile Conoscenza completa Conoscenza sicura e completa Conoscenza sicura e completa con approfondimenti personali