



Istituto Comprensivo Perugia 9

Progettazione delle attività didattico-educative

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO		
CLASSE: PRIMA		
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA		
COMPETENZE	ABILITÀ	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</p> <p>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</p> <p>Saper utilizzare e trasferire le capacità coordinative consolidate per la realizzazione dei gesti tecnici di alcuni sport.</p> <p>Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole)</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>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p>	<p>Schemi motori di base (correre, saltare, lanciare, afferrare...) e loro combinazioni; capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità)</p> <p>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-staturali 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 movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere</p>



Istituto Comprensivo Perugia 9

	<p>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 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>	
OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO		
<ul style="list-style-type: none">• Controlla azioni motorie in situazioni semplici• Padroneggia con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base e le loro combinazioni• Guidato, incrementa le proprie capacità condizionali• Guidato, utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato• Nel gioco e nello sport conosciuti, utilizza alcune abilità tecniche e guidato, collabora rispettando le regole principali• Anche se guidato applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere		
CRITERI DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE SCRITTE / PRATICHE		
Indicatori <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		
NUMERO MINIMO DI VERIFICHE PERIODICHE		
Verifiche pratiche: test motori e osservazione sistematica e in itinere sugli aspetti legati alla motricità, al gioco e allo sport		



Istituto Comprensivo Perugia 9

Progettazione delle attività didattico-educative

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO		
CLASSE: SECONDA		
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA		
COMPETENZE	ABILITÀ	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 Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in particolari situazioni sportive. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole) Saper decodificare i gesti di compagni in situazione di gioco e di sport. Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste del gioco in forma economica e utile per la squadra. Mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della Squadra. Conoscere e applicare il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. Saper adottare regole e comportamenti tali da tutelare e migliorare il benessere e la sicurezza comuni.</p>	<p>Consolidamento delle capacità coordinative (generali e speciali); capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità) Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche Tecniche e abilità motorie nelle diverse forme di gioco e sport Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale. Gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione Concetto di strategia e tattica. Il fair play Regole fondamentali di alcune discipline sportive Linguaggio specifico motorio-sportivo Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-staturali e test motori Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica</p>



Istituto Comprensivo Perugia 9

	Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico	-Presenza di coscienza e conoscenza delle funzioni fisiologiche alla base del movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere
OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO		
<ul style="list-style-type: none">• Controlla azioni motorie in situazioni semplici• Padroneggia con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base e le loro combinazioni• Guidato, incrementa le proprie capacità condizionali• Guidato, utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato• Nel gioco e nello sport conosciuti, utilizza alcune abilità tecniche e guidato, collabora rispettando le regole principali• Anche se guidato applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere		
CRITERI DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE SCRITTE / PRATICHE		
Indicatori <ul style="list-style-type: none">✓ 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		
NUMERO MINIMO DI VERIFICHE PERIODICHE		
Verifiche pratiche: test motori e osservazione sistematica e in itinere sugli aspetti legati alla motricità, al gioco e allo sport		



Istituto Comprensivo Perugia 9

Progettazione delle attività didattico-educative

SCUOLA: SECONDARIA DI PRIMO GRADO		
CLASSE: TERZA		
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA		
COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1. 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 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 ogni situazione sportiva. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole) Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. 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. Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice</p>	<p>Consolidamento delle capacità coordinative (generali e speciali); capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità) Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche Tecniche e abilità motorie nelle diverse forme di gioco e sport Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale Gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione Concetto di strategia e tattica. Il fair play Regole fondamentali di alcune discipline sportive Linguaggio specifico motorio-sportivo Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-staturali e test motori Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica</p>



Istituto Comprensivo Perugia 9

	<p>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della Squadra</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>Presenza di coscienza e conoscenza delle funzioni fisiologiche alla base del movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere</p>
OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO		
<ul style="list-style-type: none">• Controlla azioni motorie in situazioni semplici• Padroneggia con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base e le loro combinazioni• Guidato, incrementa le proprie capacità condizionali• Guidato, utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato• Nel gioco e nello sport conosciuti, utilizza alcune abilità tecniche e guidato, collabora rispettando le regole principali• Anche se guidato applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere		
CRITERI DI VALUTAZIONE PER LE VERIFICHE SCRITTE / PRATICHE		
Indicatori <ul style="list-style-type: none">✓ 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		
NUMERO MINIMO DI VERIFICHE PERIODICHE		
Verifiche pratiche: test motori e osservazione sistematica e in itinere sugli aspetti legati alla motricità, al gioco e allo sport		