

CURRICOLO DI CORPO MOVIMENTO E SPORT

TRAGUARDI AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

L'allieva/allievo:

1. Competenza: Movimento (Il corpo in movimento nelle variabili tempo e spazio)

Standard:

- **Ha consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e all'evoluzione psicofisica.**

Livelli:

- 3 Padroneggia azioni motorie complesse in situazioni variabili con soluzioni personali.
- 2 Utilizza azioni motorie in situazioni combinate.
- 1 Controlla azioni motorie in situazioni semplici.

2. Competenza: Linguaggio del corpo (Espressività corporea e aspetti comunicativi e relazionali)

Standard:

- **Utilizza linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni personali.**

Livelli:

- 3 Padroneggia molteplici linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi trasmettendo contenuti emozionali.
- 2 Utilizza i linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo personale.
- 1 Guidato utilizza alcuni linguaggi specifici comunicativi ed espressivi in modo codificato.

3. Competenza: Gioco e sport (Aspetti cognitivi, relazionali, sociali, tecnici, tattici e del fair -play)

Standard:

- **Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi.**

Livelli:

- 3 Nel gioco e nello sport padroneggia abilità e tecniche e sceglie nella cooperazione soluzioni tattiche in modo personale, dimostrando fair - play.
- 2 Nel gioco e nello sport utilizza abilità tecniche rispettando le regole e collabora, mettendo in atto comportamenti corretti.

1 Nel gioco e nello sport conosciuti utilizza alcune abilità tecniche e, guidato, collabora rispettando le regole principali.

4. Competenza: Salute e benessere (Prevenzione, salute, stili di vita, sicurezza e primo soccorso)

Standard:

- **Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere.**

Livelli:

3 Applica autonomamente comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale ed è consapevole del benessere legato alla pratica motoria.

2 Applica comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza personale e il benessere.

1 Guidato applica i comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere.

CLASSE PRIMA

Abilità	Conoscenze	Modalità e strumenti di Valutazione	Unità di apprendimento (attività, materiali, metodologie, prove di verifica)	Collegamenti disciplinari
<ul style="list-style-type: none"> - Saper controllare i segmenti corporei in situazioni semplici. - Riconoscere le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento. - Utilizzare efficacemente le proprie capacità durante le attività proposte (ritmo, equilibrio, forza, differenziazione ecc.). - Gestire in modo consapevole abilità riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra. - Ai fini della sicurezza, utilizzare in modo responsabile spazi, attrezzature, sia individualmente che in gruppo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscenze base del sistema cardio-respiratorio abbinate al movimento. - Informazioni principali relative alle capacità condizionali e coordinative sviluppate nelle abilità. - Uso consapevole del linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi. - Conoscere gli elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport. - Conoscere gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco. - Conoscere le norme generali di prevenzione degli infortuni. 	<ul style="list-style-type: none"> - Test motori e verifiche oggettive tendenti a misurare le capacità condizionali e coordinative dell'alunno. - Osservazioni sistematiche. - Autovalutazione. 		

CLASSE SECONDA

Abilità	Conoscenze	Modalità e strumenti di Valutazione	Unità di apprendimento (attività, materiali, metodologie, prove di verifica)	Collegamenti disciplinari
<ul style="list-style-type: none"> - Saper utilizzare consapevolmente le procedure proposte dall'insegnate per l'incremento delle capacità condizionali (forza, rapidità, resistenza, mobilità articolare) e coordinative. - Riconoscere e utilizzare il ritmo nell'elaborazione motoria. - Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione di ogni azione. - Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzione di giuria o arbitraggio. Inventare nuove forme di attività ludico-sportive. 	<ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere nell'azione del corpo le componenti spazio-temporali, di equilibrio e ritmo. - Conoscere le tecniche di espressione corporea. - Rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture, individualmente, a coppie, in gruppo. - Presa di coscienza della propria efficienza fisica e autovalutazione delle proprie capacità e performance. - Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione. 	<ul style="list-style-type: none"> - Test motori e verifiche oggettive tendenti a misurare le capacità condizionali e coordinative dell'alunno. - Osservazioni sistematiche. - Autovalutazione. 		

Abilità	Conoscenze	Modalità e strumenti di Valutazione	Unità di apprendimento (attività, materiali, metodologie, prove di verifica)	Collegamenti disciplinari
<ul style="list-style-type: none"> - Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità e le caratteristiche personali. - Presa di coscienza e riconoscimento che l'attività realizzata e le procedure utilizzate migliorano le capacità coordinative e condizionali facendo acquisire uno stato di benessere. - Rispettare le regole del fair play. - Attività ludiche e sportive in vari ambienti naturali. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere i diversi tipi di attività motoria e sportiva in ambiente naturale. - Conoscere le norme fondamentali di prevenzione degli infortuni e i fondamentali elementi di primo soccorso. - Il rapporto tra benessere personale – alimentazione – esercizio fisico. 			

CLASSE TERZA

Abilità	Conoscenze	Modalità e strumenti di Valutazione	Unità di apprendimento (attività, materiali, metodologie, prove di verifica)	Collegamenti disciplinari
<ul style="list-style-type: none"> - Saper coordinare la respirazione alle esigenze del movimento. - Condurre e lasciarsi condurre dal ritmo. - Saper utilizzare e trasferire le abilità acquisite in contesti diversi. - Utilizzare le variabili spazio-temporali nelle situazioni collettive per cercare l'efficacia del risultato. - Utilizzare in forma originale e creativa gli oggetti. - Rispettare le regole dei giochi di squadra (pallavolo, basket, calcio ecc.), svolgere un ruolo attivo utilizzando le proprie abilità tecniche e tattiche. 	<ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere il rapporto tra l'attività motoria e i cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza. - Riconoscere le componenti spazio-temporali in ogni situazione sportiva. - Conoscere l'espressione corporea e la comunicazione efficace. - Conoscere le regole e i gesti arbitrari di giochi e sport praticati, la terminologia e gli elementi tecnici e tattici essenziali. - Conoscere le tecniche e le tattiche dei giochi sportivi praticati. 	<ul style="list-style-type: none"> - Test motori e verifiche oggettive tendenti a misurare le capacità condizionali e coordinative dell'alunno. - Osservazioni sistematiche. - Autovalutazione. 		

Abilità	Conoscenze	Modalità e strumenti di Valutazione	Unità di apprendimento (attività, materiali, metodologie, prove di verifica)	Collegamenti disciplinari
<ul style="list-style-type: none"> - Arbitrare una partita degli sport praticati. - Stabilire corretti rapporti interpersonali all'interno del gruppo. - Mettere in atto in modo autonomo comportamenti funzionali alla sicurezza. - Mettere in atto comportamenti equilibrati dal punto di vista fisico, emotivo, cognitivo. - Rispettare il codice del fair play. - Utilizzare le abilità apprese in situazioni ambientali diverse e in contesti problematici. - Utilizzare il territorio e le sue strutture sportive. 	<ul style="list-style-type: none"> - Regole di prevenzione e attuazione della sicurezza personale a scuola e in ambienti esterni. - Conoscere i diversi tipi di attività motoria e sportiva in ambiente naturale. - Le offerte e possibilità sportive sul territorio. 			

Abilità	Conoscenze	Modalità e strumenti di Valutazione	Unità di apprendimento (attività, materiali, metodologie, prove di verifica)	Collegamenti disciplinari
- Eseguire autonomamente una sequenza di esercizi applicando i principi metodologici preposti al mantenimento della salute.				