

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

DISCIPLINA **EDUCAZIONE FISICA**

CLASSE PRIMA

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo della competenza	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
8 Consapevolezza ed espressione culturale 7 Spirito di iniziativa e imprenditorialità 6 Competenze sociali e civiche	<ul style="list-style-type: none">• UTILIZZA LE ABILITA' MOTORIE E SPORTIVE ACQUISITE ADATTANDO IL MOVIMENTO• L' ALUNNO E' CONSAPEVOLE DELLE PROPRIE COMPETENZE MOTORIE SIA NEI PUNTI DI FORZA CHE NEI LIMITI IN AZIONE• RISPETTA CRITERI DI BASE DI SICUREZZA PER SE E PER GLI ALTRI	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<ul style="list-style-type: none">• Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste• Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta• Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente il materiale e gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.• Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici	<ul style="list-style-type: none">• Riproduce il movimento richiesto in una forma globale, accompagnata da alcune imprecisioni posizionandosi nella medio bassa della fascia di età.• Conoscere i risultati delle prove test.• Raggiunge risultati che cerca di migliorare nelle prove successive.• Utilizza correttamente l' abbigliamento e conosce le regole relative all'alimentazione.• Conosce le regole delle attività.• Partecipa alla sistemazione delle attrezzature• Perfeziona in autonomia compiti proposti in palestra

CLASSE SECONDA

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo della competenza	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
8 Consapevolezza ed espressione culturale 7 Spirito di iniziativa e imprenditorialità 6 Competenze sociali e civiche	<ul style="list-style-type: none"> • UTILIZZA LE ABILITA' MOTORIE E SPORTIVE ACQUISITE ADATTANDO IL MOVIMENTO IN SITUAZIONE • RISPETTA CRITERI DI BASE DI SICUREZZA PER SE E PER GLI ALTRI 	<ul style="list-style-type: none"> • Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo • Il gioco, lo sport, le regole e il fair play • Salute e benessere, prevenzione e sicurezza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste • Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta • Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente il materiale e gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. • Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici 	<ul style="list-style-type: none"> • Riproduce il movimento richiesto in una forma globale, accompagnata da alcune imprecisioni posizionandosi nella medio bassa della fascia di età. • Conoscere i risultati delle prove test. • Raggiunge risultati che cerca di migliorare nelle prove successive. • Utilizza correttamente l'abbigliamento e conosce le regole relative all'alimentazione. • Conosce le regole delle attività. • Partecipa alla sistemazione delle attrezzature • Perfeziona in autonomia compiti proposti in palestra

CLASSE TERZA

Competenze chiave europee	Traguardi per lo sviluppo della competenza	Nuclei tematici	Obiettivi da indicazioni	Obiettivi essenziali
8 Consapevolezza ed espressione culturale 7 Spirito di iniziativa e imprenditorialità 6 Competenze sociali e civiche	<ul style="list-style-type: none"> ✓ UTILIZZA LE ABILITA' MOTORIE E SPORTIVE ACQUISITE ADATTANDO IL MOVIMENTO IN SITUAZIONE ✓ ALUNNO E' CONSAPEVOLE DELLE PROPRIE COMPETENZE MOTORIE SIA NEI PUNTI DI FORZA CHE NEI LIMITI ✓ RISPETTA CRITERI DI BASE DI SICUREZZA PER SE E PER GLI ALTRI 	<ul style="list-style-type: none"> • Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo • Il gioco, lo sport, le regole e il fair play • Salute e benessere, prevenzione e sicurezza • E. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove e inusuali. ✓ Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ✓ 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 ✓ Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a situazioni di pericolo ✓ Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici 	<ul style="list-style-type: none"> • Riproduce il movimento richiesto in una forma globale, accompagnata da alcune imprecisioni posizionandosi nella medio della fascia di età. • Conoscere le caratteristiche e i risultati dei propri test motori e il loro significato. • Raggiunge risultati che cerca di migliorare nelle prove successive. • Utilizza correttamente l'abbigliamento e conosce le regole relative all'alimentazione. • Conosce le regole delle attività. • Partecipa alla sistemazione delle attrezzature • Perfeziona in autonomia compiti proposti in palestra