

PROGRAMMAZIONE DIPARTIMENTO di ED. FISICA

Classi prime, seconde e terze

Cittadinanza e Costituzione

Lo sviluppo del linguaggio cinetico risulta strettamente inserito nello sviluppo globale della personalità, dall'infanzia all'età adulta.

L'educazione fisica può realizzarsi efficacemente se si stabilisce uno stretto rapporto tra il processo e lo sviluppo organico, affettivo, intellettuale, sociale dell'individuo.

Le proposte motorie saranno finalizzate al raggiungimento, da parte di tutti gli alunni, degli obiettivi prefissati. Il clima psicologico che supporterà le proposte educative sarà sereno e soprattutto ludico; cercherà di creare un'atmosfera di fiducia stimolante ed incoraggiante che susciti sicurezza.

La gamma della variabilità di situazioni sarà la più ampia possibile. Riguarderà sia le situazioni globali che i singoli elementi che la compongono; investirà tutti gli schemi motori e posturali, così da creare nell'allievo delle strutture motorie più ampie possibili.

Nel corso del triennio di scuola secondaria di primo grado, si punterà, per gli studenti, allo sviluppo di tecniche corrette di socializzazione per il superamento dell'egocentrismo iniziale e gradualmente, nel rispetto delle fasi evolutive in accordo con l'età degli stessi, verranno trasmesse tecniche precise e contenuti teorici riguardanti l'attività sportiva senza tralasciare l'acquisizione di corretti schemi motori di base. Si mirerà all'abitudine alla puntualità e all'impegno sistematico, al saper tenere in ordine qualsiasi strumento operativo sia personale che collettivo e la cura del quaderno dedicato ai contenuti teorici. Si curerà in particolar modo l'igiene della propria persona.

Concludendo il triennio *gli alunni dovranno fare proprie le finalità della materia ed essere in grado di progettare uno stile di vita fisicamente sano.*

Metodologia

Seguendo le indicazioni del programma ministeriali, la scuola organizza per gli allievi attività educative didattiche unitarie che hanno lo scopo di aiutarli a trasformare in competenze personali le conoscenze e le abilità sopra elencate al termine del triennio. Nel proporre le diverse attività si avrà cura di rispettare il principio della gradualità tenendo presenti le leggi fisiologiche, auxologiche e psicologiche dell'età evolutiva.

La forma di apprendimento sarà prevalentemente di tipo globale. La proposta pratica rispetterà i criteri di gradualità partendo dalla forma globale e inserendo lo studio analitico del movimento. Gradualmente, aumentando la complessità degli argomenti, il metodo diverrà analitico, sempre, comunque, rispettando i progressi del gruppo.

Le attività e gli esercizi saranno svolti sia individualmente che in gruppo o a coppie a seconda delle situazioni; si cercherà comunque di favorire il più possibile lo spirito d'iniziativa e di ricerca degli alunni, naturalmente abbinato alla guida e ai suggerimenti dell'insegnante, si useranno gli attrezzi grandi e piccoli a disposizione sia in palestra che in campo d'atletica.

L'attività ludica sarà preponderante in prima, lasciando gradualmente questa predominanza nel proseguimento degli anni scolastici.

Le attività di recupero e di sostegno sono inserite in ogni lezione perché lo sviluppo delle unità didattiche prevede, oltre ai contenuti specifici gradualmente, anche proposte che mirano a rafforzare gli schemi motori di base o a colmare eventuali lacune, verranno organizzati interventi individualizzati. In tal modo l'alunno sarà seguito in modo puntuale e pratico in quanto l'insegnamento sarà basato sulla proposta di contenuti adeguati alle sue capacità.

Qualora se ne rilevi la necessità, saranno attuate strategie per il recupero delle motivazioni anche trasversali su indicazione del Consiglio di Classe.

VALUTAZIONE

Le verifiche avranno luogo al termine di ogni unità didattica di apprendimento (UDA) mediante :

- rilevamenti oggettivi (metrici e cronometrici);
- griglie di valutazione appositamente studiate e disposte;
- osservazioni sistematiche;
- rilevamenti sul grado di interiorizzazione dei contenuti (domande, osservazioni durante il gioco, questionari).

A conclusione di ogni UDA si raccoglieranno i dati (verifica formativa) che consentiranno la stesura della verifica sommativa che terrà conto dei seguenti elementi:

1. la situazione di partenza dell'alunno;
2. l'impegno e l'interesse;
3. i progressi in relazione alle effettive capacità.

Nella valutazione, si accerterà che l'alunno, secondo le capacità e i supporti specifici, abbia acquisito: "capacità d'apprendere", capacità d'espressione e comunicazione in modo consapevole, appropriato, personale e creativo attraverso il linguaggio motorio specifico per la disciplina. Ogni allievo sarà informato dei risultati ottenuti dalle proprie prestazioni.

La collaborazione con l'insegnante nella definizione degli obiettivi, sarà la strategia utilizzata per stimolare e motivare l'alunno ad un miglioramento personale. A tale riguardo verrà fatto compilare ad ogni singolo alunno, nel corso del triennio, un quaderno personale dove verranno sviluppati gli argomenti trattati durante le esercitazioni pratiche.

La valutazione iniziale si baserà sui test che permettono di classificare le capacità motorie condizionali (velocità, resistenza, forza e mobilità articolare) e coordinative (equilibrio, coordinazione dinamica generale).

La valutazione disciplinare renderà conto, in forma sintetica, sia dei livelli di apprendimento raggiunti per ogni UDA, che dei miglioramenti riscontrati.

Per gli alunni BES la valutazione terrà conto in particolare della padronanza dei contenuti disciplinari a prescindere dagli aspetti legati all'abilità deficitaria (es. coordinazione), e si valuteranno in particolare i progressi ottenuti rispetto alla situazione iniziale e l'interesse e l'impegno manifestati.

EDUCAZIONE FISICA

Traguardi per lo Sviluppo delle competenze fissati dalle Indicazioni Nazionali per Il Curricolo 2012

L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.

Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.

Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair – play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.

Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.

Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

Competenza chiave:

Consapevolezza ed espressione culturale – espressione corporea

FONTE DI LEGITTIMAZIONE: Raccomandazione del parlamento europeo e del consiglio 18/12/2006 Indicazioni Nazionali per il Curricolo, 04/09/2012

Discipline concorrenti: scienze

Competenze specifiche	Abilità	Conoscenze
MOVIMENTO	<ul style="list-style-type: none">Saper utilizzare in modo armonico le varie parti del corpo in situazioni progressivamente più complesse (corpo libero, piccoli attrezzi e grandi attrezzi).	<ul style="list-style-type: none">Conoscere gli schemi motori di base.
Consapevolezza del proprio corpo e dello sviluppo di un corretto schema corporeo.		

	<ul style="list-style-type: none"> • Saper scegliere ed utilizzare il livello corretto di forza in base al mutare delle situazioni. • Saper correre a ritmi vari o costanti per tempi diversi e progressivamente crescenti. • Saper eseguire diversi movimenti a velocità variabile. • Saper compiere movimenti più ampi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e migliorare le proprie capacità condizionali. • Consolidare le capacità coordinative.
--	---	---

Competenza chiave: Consapevolezza ed espressione culturale – espressione corporea Discipline concorrenti: musica, arte.		
Competenze specifiche	Abilità	Conoscenze
LINGUAGGIO DEL CORPO	<ul style="list-style-type: none"> • Saper rappresentare situazioni o emozioni con il proprio corpo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere modalità di espressione corporea.

<p>Uso di linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni personali.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Saper usare in modo non specifico piccoli e grandi attrezzi. • Saper eseguire semplici sequenze di movimento anche su basi ritmiche o musicali. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere semplici schemi ritmici applicati al movimento. • Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo.
---	--	--

<p align="center">Competenza chiave: Consapevolezza ed espressione culturale - competenze sociali e civiche – imparare ad imparare Discipline concorrenti: tutte</p>		
Competenze specifiche	Abilità	Conoscenze
<p align="center">GIOCO E SPORT</p> <p>Pratica in modo corretto ed essenziale dei giochi pre-sportivi e di alcune discipline sportive individuali o di squadra, rispettosa di regole e valori sportivi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Saper eseguire i gesti tecnici prima in modo globale e poi in modo più preciso. • Saper praticare lo sport ad un livello adeguato alle proprie capacità ed in modo soddisfacente sul piano personale. • Sapersi relazionare positivamente con il 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i gesti fondamentali di giochi e sport individuali e di squadra. • Conoscere il valore etico dell'attività sportiva.

	<p>gruppo rispettando compagni ed avversari.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saper rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole delle discipline sportive praticate. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione del gioco o sport anche con finalità di arbitraggio.
--	--	--

Competenza chiave:		
Competenze in campo scientifico		
Discipline concorrenti: tutte		
Competenze specifiche	Abilità	Conoscenze
<p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>Assunzione dei fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere e quello degli altri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Saper assumere in palestra ed all'aperto comportamenti corretti in rapporto all'attività svolta. • Saper utilizzare in modo responsabile spazi ed attrezzature per tutelare se stessi e gli altri. • Saper applicare semplici procedure di primo soccorso. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le regole di base per la prevenzione degli infortuni. • Conoscere gli elementi di primo soccorso. • Conoscersi per migliorare e star bene con se stessi.

	<ul style="list-style-type: none"> • Saper auto-valutare le proprie capacità e prestazioni ed essere in grado di dosare lo sforzo. • Saper evitare l'assunzione di sostanze nocive o illecite e curare l'alimentazione e l'igiene personale. 	
--	--	--

Valutazione disciplinare		
Competenze	Descrittori	Valutazione
STANDARD: CONTROLLARE MOVIMENTI RIFERITI A SE STESSI E ALL'AMBIENTE PER RISOLVERE UN COMPITO MOTORIO.	LIVELLO 6 - Padroneggia in modo eccellente movimenti complessi con risposte personali.	10
	LIVELLO 5 - Padroneggia movimenti complessi con risposte personali.	9
	LIVELLO 4 - Controlla in modo efficace azioni motorie combinate in situazioni complesse.	8
	LIVELLO 3 – Controlla azioni motorie combinate in situazioni complesse.	7
	LIVELLO 2 – Controlla azioni motorie combinate in situazioni semplici.	6

	LIVELLO 1 – Non controlla azioni motorie combinate anche in situazioni semplici.	5
	NON VALIDO	4
STANDARD: ESSERE IN GRADO DI COMUNICARE ED ESPRIMERE IDEE ED EMOZIONI ATTRAVERSO IL CORPO E L'UTILIZZO DEGLI OGGETTI.	LIVELLO 6 - Sa improvvisare e interpretare in situazioni concrete o astratte, utilizzando più elementi espressivi in modo esemplare.	10
	LIVELLO 5 – Sa improvvisare e interpretare in situazioni concrete o astratte, utilizzando più elementi espressivi.	9
	LIVELLO 4 - Sa rappresentare e comunicare in modo efficace utilizzando il movimento e la mimica.	8
	LIVELLO 3 – Sa rappresentare e comunicare utilizzando il movimento e la mimica.	7
	LIVELLO 2 – Sa esprimere semplici sensazioni ed emozioni attraverso le tecniche acquisite.	6
	LIVELLO 1 – Non sa esprimere semplici sensazioni ed emozioni anche attraverso facili tecniche.	5
	NON VALIDO	4
STANDARD: CONOSCERE E APPLICARE REGOLE, TECNICHE DEI GIOCHI PRATICATI, METTENDO IN ATTO COMPORTAMENTI LEALI.	LIVELLO 6 - Conosce le regole di più sport in modo approfondito mostrando eccellenti abilità tecniche e tattiche con “stile sportivo”.	10
	LIVELLO 5 – Conosce le regole di più sport mostrando diverse abilità tecniche e tattiche con “stile sportivo”.	9
	LIVELLO 4 - Conosce le regole e sa applicare in modo soddisfacente le tecniche di varie discipline sportive praticate, mostrando fair play.	8
	LIVELLO 3 – Conosce le regole in modo globale e sa applicare le tecniche di varie discipline sportive praticate, mostrando fair play.	7

	LIVELLO 2 – Conosce le regole principali e le tecniche di base dei giochi praticati e, guidato, applica le norme del fair play.	6
	LIVELLO 1 – Non conosce le regole principali e le tecniche di base dei giochi praticati e anche se guidato non applica le norme del fair play.	5
	NON VALIDO	4
STANDARD: ESSERE IN GRADO DI UTILIZZARE L'ATTIVITA' MOTORIA IN SICUREZZA PER LA TUTELA DELLA SALUTE.	LIVELLO 6 - Sa adattare autonomamente per sé e per gli altri in modo esemplare le norme per mantenere corretti stili di vita.	10
	LIVELLO 5 –Sa adattare autonomamente per sé e per gli altri le norme per mantenere corretti stili di vita.	9
	LIVELLO 4 - Sa mettere in pratica in modo efficace norme e regole dello stile sportivo per il proprio benessere psicofisico.	8
	LIVELLO 3 – Sa mettere in pratica norme e regole essenziali per il proprio benessere psicofisico.	7
	LIVELLO 2 – Sa utilizzare le norme basilari per la prevenzione degli infortuni durante l'attività.	6
	LIVELLO 1 – Non sa utilizzare le norme basilari per la prevenzione degli infortuni durante l'attività.	5
	NON VALIDO	4

OBIETTIVI MINIMI EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO CLASSE PRIMA SECONDA – TERZA

MOVIMENTO -Controlla azioni motorie in situazioni semplici.

-Padroneggia con sufficiente sicurezza gli schemi motori di base e le loro combinazioni

-Guidato, incrementa con l'allenamento le proprie capacità condizionali.

LINGUAGGI DEL CORPO -Guidato, utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato.

GIOCO E SPORT -Nel gioco e nello sport conosciuti utilizza alcune abilità tecniche e, guidato, collabora rispettando le regole principali.

SALUTE E BENESSERE -Guidato, applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute, della sicurezza personale e del benessere.