

EDUCAZIONE FISICA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

NUCLEI TEMATICI			OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		
1 Il corpo e la sua relazione nello spazio e nel tempo	1 a	Padronanza del corpo	Classe prima	Classe seconda	Classe terza
			Conoscere il corpo umano e il sistema cardio/respiratorio in funzione del movimento.	Riconoscere le informazioni principali sulle procedure utilizzate per il miglioramento delle capacità condizionali, in modo guidato	Riconoscere le informazioni principali sulle procedure utilizzate per il miglioramento delle capacità condizionali, anche, in forma autonoma
			Saper controllare il movimento del corpo e dei suoi segmenti.	Utilizzare le procedure proposte per l'incremento delle capacità condizionali, anche, in modo guidato	Utilizzare le procedure proposte per l'incremento delle capacità condizionali, anche, in forma autonoma
			Sviluppare la consapevolezza di sé come persona	Sviluppare la consapevolezza sui cambiamenti del proprio corpo per accettarli e viverli serenamente come espressione della crescita e del processo di maturazione di ogni persona	Sviluppare la consapevolezza sui cambiamenti del proprio corpo per accettarli e viverli serenamente come espressione della crescita e del processo di maturazione di ogni persona
	1 b	Coordinazione, schemi motori, equilibrio, orientamento	Conosce gli attrezzi e il loro uso.	Conoscere gli elementi delle capacità coordinative utilizzate	Conoscere gli elementi delle capacità coordinative utilizzate
			Conoscere gli elementi delle capacità coordinative utilizzate.		
			Sapersi orientare in palestra.	Utilizzare gli schemi motori, realizzando movimenti complessi	Utilizzare gli schemi motori, realizzando movimenti complessi adeguati alla propria fase di sviluppo corporeo
Utilizzare gli schemi motori, realizzando movimenti complessi e non, adeguati alla propria fase di sviluppo corporeo.					

	1 c	Potenzialità/limiti/ talenti/disabilità (propri e altrui)	Sviluppare consapevolezza e rispetto	Sviluppare le attitudini riconosciute e aiutarsi reciprocamente nelle difficoltà	Sviluppare le attitudini riconosciute e aiutarsi reciprocamente nelle difficoltà, dimostrando autonomia e responsabilità
2 Il linguaggio del corpo con modalità comunicativo- espressiva			Usare alcuni linguaggi codificati (codice arbitrale, codice del traffico, ...).	Conoscere le possibilità espressive del proprio corpo	Conoscere le possibilità comunicative del proprio corpo
			Saper decodificare i gesti dei compagni e avversari in situazioni di gioco presportivo.	Decodificare i gesti di compagni, avversari e dell'arbitro in situazioni di gioco	Conoscere le possibilità comunicative del proprio corpo
3 Gioco, gioco/sport, regole e fair play			Conoscere le regole essenziali dei giochi/sport praticati.	Conoscere le regole, i gesti arbitrali principali dei giochi/sport praticati	Conoscere le regole, i gesti arbitrali dei giochi/sport praticati
			Rispettare le regole dei giochi e delle attività sportive proposti.	Rispettare le regole dei giochi e delle attività sportive proposti e svolgere un ruolo attivo	Rispettare le regole dei giochi e delle attività sportive proposti e svolgere un ruolo attivo
			Conoscere la terminologia e gli elementi tecnici di base.	Conoscere la terminologia e gli elementi tecnici	Conoscere la terminologia e gli elementi tecnici
			Saper applicare le conoscenze.	Svolgere funzione di giudice, anche, in modo guidato	Padroneggiare le proprie abilità tecniche, partecipando attivamente alle scelte tattiche
			Conoscere le elementari regole del fair play.	Conoscere le regole del fair play.	Conoscere le regole del fair play
			Relazionarsi positivamente mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi	Relazionarsi positivamente mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi	Relazionarsi positivamente mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi
			Conoscere le regole della convivenza civile in contesti liberi/strutturati (prevenzione, sicurezza, primo soccorso).	Conoscere le regole della convivenza civile in contesti liberi/strutturati (prevenzione, sicurezza, primo soccorso).	Conoscere le regole della convivenza civile in contesti liberi/strutturati (prevenzione, sicurezza, primo soccorso)

4 Salute, benessere, prevenzione e sicurezza			Condividere ed utilizzare le regole utili alla convivenza e alle attività motorie/sportive.	Condividere ed utilizzare le regole utili alla convivenza e alle attività motorie/sportive	Condividere ed utilizzare le regole utili alla convivenza e alle attività motorie/sportive
			Conoscere i principi dell'educazione posturale e gli effetti delle attività motorie/sportive su se stessi (salute).	Conoscere gli effetti delle attività motorie/sportive su se stessi (salute)	Conoscere gli effetti delle attività motorie/sportive su se stessi (salute)
			Acquisire una corretta postura evitando posizioni non idonee.	Organizzare attività/percorsi/circuiti di allenamento, anche, in forma guidata.	Organizzare attività/percorsi/circuiti di allenamento, anche, in forma autonoma.
			Organizzare semplici percorsi/circuiti di allenamento in forma guidata.		Sviluppare la consapevolezza rispetto alle "scelte autodistruttive" (fumo, alcol, droga, doping, ecc.)