

# ISTITUTO COMPRENSIVO DI CADELBOSCO DI SOPRA

## PROGETTAZIONE CURRICOLO D'ISTITUTO

<b>ORDINE SCOLASTICO</b>	SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
<b>DISCIPLINA</b>	EDUCAZIONE FISICA

<b>Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado</b>	<p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando i movimenti 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. E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>
---	---

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE ATTESE
<p data-bbox="107 252 315 395"><b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <p data-bbox="143 555 280 624"><b>CLASSE PRIMA</b></p>	<p data-bbox="342 252 656 363">Potenziare le abilità motorie e apprendere alcuni gesti sportivi</p>	<ul data-bbox="701 252 1339 927" style="list-style-type: none"> <li>- Definire e distinguere le capacità coordinative.</li> <li>- Distinguere alcuni gesti tecnici fondamentali dei principali sport.</li> <li>- Imparare a valutare se stessi e i propri limiti fisici e motori.</li> <li>- Migliorare la capacità di lettura delle dinamiche dei giochi per comprendere e risolvere le situazioni del gioco.</li> <li>- Conoscere alcune strategie per affrontare positivamente percorsi, giochi e sport.</li> <li>- Sviluppare la disponibilità variabile in un contesto di attuazione tecnico e tattica di gioco.</li> <li>- Interagire in modo consapevole con l'ambiente naturale e artificiale.</li> <li>- Comprendere e distinguere gli elementi cartografici, le mappe, le carte, riconoscere e individuare i punti di riferimento per orientare e orientarsi.</li> </ul>	<ul data-bbox="1373 252 1944 1027" style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare le capacità coordinative, per adattarle in modo creativo alle situazioni nuove, nei giochi e nei percorsi.</li> <li>- Utilizzare le abilità motorie acquisite per apprendere e sviluppare alcuni gesti tecnici dei vari sport.</li> <li>- Controllare lo sviluppo e l'attuazione globale dei fondamentali tecnici in situazione.</li> <li>- Imparare a decodificare e ad adattarsi motorialmente alla variabilità presenti nelle diverse situazioni di gioco.</li> <li>- Utilizzare e correlare le variabili spazio-tempo in funzione della situazione e dei gesti motori necessari.</li> <li>- Sviluppare le proprie capacità condizionali.</li> <li>- Sviluppare la capacità di mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo.</li> <li>- Imparare ad utilizzare gli ausili naturali e specifici per orientarsi negli ambienti naturali e artificiali.</li> </ul>	<p data-bbox="1971 252 2157 496"><b>Padroneggiare le abilità motorie di base in situazioni diverse</b></p>
	<p data-bbox="342 394 663 571">Sviluppare la capacità di iniziativa e di risoluzione dei problemi motori nelle diverse situazioni</p>			
	<p data-bbox="342 582 663 759">Sviluppare le capacità coordinative motorie per correlare spazio/tempo e gesti motori in situazione</p>			
	<p data-bbox="342 794 674 971">Imparare come orientarsi nell'ambiente naturale attraverso l'uso degli ausili specifici</p>			

<b>NUCLEO TEMATICO</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE ATTESE</b>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa espressiva</b>	Conoscere e utilizzare i codici motori necessari al gioco e agli sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere i gesti e codici di comunicazione motoria utilizzati dai compagni e degli avversari in situazione di gioco.</li> <li>- Sviluppare la capacità di comprensione e adeguamento al gioco (capacità variabile).</li> <li>- Imparare alcuni giochi sportivi, le regole e la gestualità arbitrale, per svolgere le funzioni di giudice o arbitro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sviluppare l'utilizzo consapevole dei codici motori necessari per la comunicazione durante le situazioni di gioco.</li> <li>- Rappresentare idee o semplici stati d'animo attraverso la gestualità e le posture.</li> <li>- Utilizzare semplici tecniche d'espressione corporea.</li> </ul>	<b>Utilizza gli aspetti comunicativi o relazionali del corpo</b>
	Imparare e utilizzare le regole e alcuni dei gesti arbitrari dei vari sport			
	Imparare ad esprimersi con e attraverso il corpo			

<b>NUCLEO TEMATICO</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE ATTESE</b>
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	Apprendere nuovi i gesti motori adattandoli in modo personale alla situazione di gioco	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Incrementare gli aspetti cooperativi, collaborativi e di fiducia necessari ai giochi pre-sportivi e sportivi.</li> <li>- Accettare consapevolmente gli errori propri e degli altri, il risultato parziale e finale frutto del confronto sportivo.</li> <li>- Sviluppare la capacità di lettura, comprensione e adeguamento al gioco (cap. variabile).</li> <li>- Sviluppare la capacità di comprendere le situazioni strategiche del gioco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare e adattare le capacità coordinative alle situazioni di gioco, nelle condizioni di esecuzione normali o inusuali.</li> <li>- Apprendere e sviluppare gesti tecnici o trasferire le abilità utilizzate in altre attività.</li> <li>- Comprendere e decodificare i gesti e i movimenti degli avversari (codici motori).</li> <li>- Partecipare alla scelta e realizzazioni di</li> </ul>	<b>Partecipa alle attività individuali e di squadra, rispettando i compagni gli altri e le regole</b>
	Apprendere semplici strategie e tattiche per i vari giochi motori			
	Sviluppare i principi e i comportamenti legati alla attività sportiva			

	Imparare e applicare correttamente le regole di base dei vari sport	- Imparare e rispettare le regole dei giochi, degli sport e il fair play.	<p>semplici strategie e tattiche nei giochi.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sviluppare comportamenti corretti e collaborativi collegati al confronto sportivo.</li> <li>- Imparare come svolgere i compiti e le funzioni di arbitraggio.</li> </ul>	
<b>NUCLEO TEMATICO</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE ATTESE</b>
<b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	Apprendere alcune semplici modalità d'allenamento fisico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.</li> <li>- Imparare a gestire consapevolmente le risorse fisiche personali in modo corretto.</li> <li>- Riconoscere il valore e i benefici legati al miglioramento dell'efficienza fisica.</li> <li>- Conoscere gli attrezzi e le attrezzature sportive per apprendere il corretto utilizzo.</li> <li>- Apprendere e sviluppare comportamenti necessari alla sicurezza e all'incolumità fisica.</li> <li>- Apprendere le regole per un corretto stile di vita.</li> <li>- Acquisire conoscenza sugli effetti nocivi legati all'uso delle sostanze pericolose per la salute dell'individuo (fumo, droghe, alcol).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sviluppare le capacità coordinative e le qualità fisiche, per favorire e migliorare le prestazioni personali.</li> <li>- Saper modulare il carico motorio in relazione all'efficienza del proprio organismo e al tipo d'attività sportiva.</li> <li>- Attuare semplici modalità dell'allenamento per mantenere un buon stato di salute.</li> <li>- Imparare a individuare e distinguere le situazioni normali da quelle pericolose.</li> <li>- Apprendere e sviluppare i comportamenti funzionali alla sicurezza in situazione.</li> <li>- Sviluppare la capacità di riflessione sulle esperienze motorie acquisite per affrontare nuove situazioni.</li> </ul>	<b>Utilizza le esperienze e le conoscenze relative alla salute e ai corretti stili di vita</b>
	Imparare a distribuire la capacità prestazionale legandola all'attività			
	Sviluppare comportamenti che rispettano la propria e altrui sicurezza			
	Sviluppare conoscenze e su gli effetti e pericoli legati ai comportamenti scorretti			

**NUCLEI TEMATICI E UNITA' TEMATICHE D'APPRENDIMENTO CLASSE PRIMA**

<b>Nucleo tematico</b>	<b>Unità tematica d'apprendimento</b>
Corpo relazionato con spazio e tempo	Resistenza - Orienteering – Atletica: la velocità - Giochi polivalenti

Linguaggio corpo come comunicazione	Attività motorie individuali - Giochi di squadra e individuali
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Pallamano - Volley- Uni-Hockey - Baseball - Goback
Salute, benessere e prevenzione	Resistenza - Orienteering - La velocità - Percorsi motori - Educazione alla sicurezza e alla salute

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE ATTESE
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	Apprendere e sviluppare i gesti tecnici dei principali sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definire e distinguere le abilità motorie, le capacità coordinative principali.</li> <li>- Conoscere i gesti tecnici fondamentali utilizzati nei principali sport.</li> <li>- Imparare a valutare se stessi e i propri limiti fisici e motori.</li> <li>- Riconoscere le delle dinamiche globali dei giochi per comprendere come agire in situazioni.</li> <li>- Comprendere le semplici strategie per affrontare i percorsi, giochi e sport.</li> <li>- Sviluppare la disponibilità variabile in un contesto di attuazione tecnico e tattica semplice di gioco.</li> <li>- Interagire in modo consapevole con l'ambiente naturale e artificiale.</li> <li>- Comprendere e distinguere gli elementi cartografici, le mappe, le carte, riconoscere e individuare i punti di riferimento per orientare e orientarsi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare le capacità coordinative, per adattarle in modo creativo alle situazioni nuove, nei giochi e nelle attività sportive.</li> <li>- Padroneggiare le abilità motorie per sviluppare i principali gesti tecnici dei vari sport.</li> <li>- Controllare lo sviluppo, la corretta attuazione e l'andamento dei fondamentali tecnici in situazione.</li> <li>- Imparare a decodificare e ad adattarsi motorialmente alla variabilità presenti nelle situazioni nuove e inusuali.</li> <li>- Utilizzare e correlare le variabili spazio-tempo in funzione ai gesti motori necessari.</li> <li>- Sviluppare le proprie capacità condizionali</li> <li>- Sviluppare la capacità di mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo.</li> <li>- Imparare ad utilizzare gli ausili naturali, artificiali e specifici per orientarsi negli ambienti naturali e artificiali.</li> </ul>	<b>Padroneggiare le abilità motorie di base in situazioni diverse</b>
	Potenziare la capacità di iniziativa e risoluzione dei problemi motori nelle situazioni inusuali			
	Sviluppare e potenziare le capacità motorie correlandole alle situazioni sportive			
	Imparare come orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale con e senza gli ausili specifici			
<b>CLASSE SECONDA</b>				

--	--	--	--

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE ATTESE
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa espressiva</b>	<p>Sviluppare e utilizzare i codici motori necessari al gioco e agli sport</p> <p>Sviluppare l'applicazione delle regole e adottare l'uso dei gesti arbitrari</p> <p>Imparare ad esprimersi con e attraverso il corpo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere i gesti e codici di comunicazione motoria dei compagni e degli avversari in situazione di gioco sportivo.</li> <li>- Sviluppare la capacità di comprensione e adeguamento al gioco (capacità variabile).</li> <li>- Imparare nuovi giochi sportivi, le regole e la specifica gestualità arbitrale, per svolgere le funzioni di giudice o di arbitraggio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sviluppare l'utilizzo consapevole dei gesti e dei codici motori per la comunicazione tra compagni e avversari in situazione di gioco.</li> <li>- Rappresentare idee o semplici stati d'animo attraverso la gestualità e le posture.</li> <li>- Utilizzare semplici tecniche d'espressione corporea.</li> </ul>	<b>Utilizza gli aspetti comunicativi o relazionali del corpo</b>

<b>NUCLEO TEMATICO</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE ATTESE</b>
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	Apprendere nuovi i gesti motori adattandoli in modo personale alla situazione di gioco	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Incrementare gli aspetti cooperativi, collaborativi e di fiducia necessari ai giochi di abilità e sportivi.</li> <li>- Accettare consapevolmente gli errori propri e degli altri, il risultato parziale e finale frutto del confronto sportivo.</li> <li>- Sviluppare la capacità di lettura, comprensione e risoluzione per adeguarsi al gioco (cap. variabile).</li> <li>- Sviluppare la capacità di comprendere le situazioni strategiche del gioco</li> <li>- Imparare e rispettare le regole dei giochi, degli sport e il fair play.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare e adattare le capacità coordinative alle situazioni di gioco, nelle condizioni di esecuzione normali o inusuali.</li> <li>- Sviluppare nuovi gesti tecnici o trasferire alcune abilità già utilizzate in altre attività.</li> <li>- Decodificare i gesti motori dei compagni e degli altri durante il gioco (codici fisico motori).</li> <li>- Partecipare allo sviluppo e realizzazioni di strategie e tattiche adatte ai giochi motori.</li> <li>- Apprendere i comportamenti corretti e collaborativi collegati al confronto sportivo.</li> <li>- Imparare come svolgere i compiti e le funzioni di arbitraggio.</li> </ul>	<b>Partecipa alle attività individuali e di squadra, rispettando i compagni gli altri e le regole</b>
	Apprendere e sviluppare strategie, tattiche individuali e di squadra			
	Sviluppare i principi e i comportamenti legati alla attività sportiva			

<b>NUCLEO TEMATICO</b>	<b>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>COMPETENZE ATTESE</b>
<b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	Sviluppare alcune semplici modalità d'allenamento fisico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.</li> <li>- Imparare a gestire in modo corretto e consapevolmente le risorse fisiche personali.</li> <li>- Riconoscere il valore e i benefici legati al miglioramento dell'efficienza fisica.</li> <li>- Conoscere gli attrezzi e le attrezzature sportive per utilizzarle secondo le corrette modalità.</li> <li>- Sviluppare comportamenti adeguati e corretti alla sicurezza e all'incolumità fisica.</li> <li>- Apprendere le regole per un corretto stile di</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sviluppare le capacità coordinative e le qualità fisiche, per favorire e migliorare le prestazioni personali.</li> <li>- Riuscire ad attuare semplici modalità dell'allenamento per migliorare l'efficienza fisica o mantenere un buon stato di salute.</li> <li>- Modulare la prestazione motoria in relazione all'efficienza del proprio organismo e al tipo d'attività sportiva.</li> <li>- Imparare a individuare e distinguere le situazioni normali da quelle pericolose.</li> </ul>	<b>Utilizza le esperienze e le conoscenze relative alla salute e ai corretti stili di vita</b>
	Distribuire lo sforzo prestazionale in relazione al tipo d'attività richiesta			
	Sviluppare comportamenti che rispettano la propria e			

altrui sicurezza	vita. - Acquisire conoscenza sugli effetti nocivi legati all'uso delle sostanze pericolose per la salute dell'individuo (fumo, droghe, alcol).	- Sviluppare comportamenti funzionali alla sicurezza in personale e degli altri. - Sviluppare la capacità di riflessione sulle esperienze motorie acquisite per affrontare nuove situazioni.	
Sviluppare conoscenze e consapevolezza su gli effetti pericolosi legati all'uso di sostanze nocive			

### NUCLEI TEMATICI E UNITA' TEMATICHE D'APPRENDIMENTO CLASSE SECONDA

Nucleo tematico	Unità tematica d'apprendimento
Corpo relazionato con spazio e tempo	Resistenza - Orienteering – Atletica: il salto-il lancio - Piccoli e grandi attrezzi
Linguaggio corpo come comunicazione	Attività motorie individuali - Giochi di squadra e individuali
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Basket - Volley - Calcio – Uni-Hockey - Baseball - Goback
Salute, benessere e prevenzione	Resistenza - Orienteering - Il salto - Il lancio - Educazione alla sicurezza e alla salute

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE ATTESE
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	Apprendere e sviluppare i gesti tecnici dei principali sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definire e distinguere le abilità motorie, le capacità coordinative principali.</li> <li>- Distinguere i gesti tecnici fondamentali dei principali sport.</li> <li>- Imparare a valutare se stessi e i propri limiti fisici e motori.</li> <li>- Migliorare la capacità di lettura delle dinamiche dei giochi per comprendere come</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare le capacità coordinative, per adattarle in modo creativo alle situazioni nuove, nei giochi e attività sportive collettivi o individuali.</li> <li>- Padroneggiare le abilità motorie per potenziare alcuni gesti tecnici degli sport.</li> <li>- Controllare lo sviluppo, la corretta</li> </ul>	<b>Padroneggiare le abilità motorie di base in situazioni diverse</b>
	Potenziare la capacità di risoluzione adeguamento ai			



<b>CLASSE TERZA</b>	problemi motori in situazioni sportive	<p>agire nelle situazioni del gioco.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere alcune strategie per affrontare positivamente percorsi, giochi e sport.</li> <li>- Sviluppare la disponibilità variabile in un contesto di attuazione tecnico e tattica di gioco.</li> <li>- Padroneggiare in modo consapevole come interagire con l'ambiente naturale e artificiale.</li> <li>- Comprendere e distinguere gli elementi cartografici, le mappe, le carte, riconoscere e individuare i punti di riferimento per orientare e orientarsi.</li> </ul>	<p>attuazione e l'andamento dei fondamentali tecnici in situazione.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Imparare a decodificare e ad adattarsi motorialmente alla variabilità presente nelle situazioni nuove e inusuali.</li> <li>- Utilizzare e correlare le variabili spazio-tempo funzionali ai gesti motori necessari.</li> <li>- Sviluppare le proprie capacità fisiche/condizionali.</li> <li>- Potenziare la capacità di mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo.</li> <li>- Imparare ad utilizzare gli ausili naturali, artificiali e specifici per orientarsi negli ambienti naturali e artificiali.</li> </ul>	
	Sviluppare e potenziare le capacità motorie correlandole alle situazioni sportive			
	Imparare come orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale con e senza gli ausili specifici			

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE ATTESE
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa espressiva</b>	Migliorare l'utilizzo e la comprensione dei codici motori necessari al gioco e agli sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Imparare a decodificare i gesti e codici motori dei compagni e degli avversari durante il gioco.</li> <li>- Sviluppare la capacità di lettura, di comprensione e adeguamento al gioco (capacità variabile).</li> <li>- Imparare le regole dei giochi e la gestualità arbitrale, per decodificare i messaggi e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare in modo consapevole i codici motori tipici dei vari sport in situazione di gioco.</li> <li>- Rappresentare idee, stati d'animo o storie attraverso la gestualità e le posture.</li> <li>- Utilizzare semplici tecniche d'espressione corporea.</li> </ul>	<b>Utilizza gli aspetti comunicativi o relazionali del corpo</b>
	Utilizzare i gesti arbitrari come applicazione delle regole dei giochi			

sportivi	svolgere le funzioni di arbitraggio.		
Imparare ad esprimersi con e attraverso il corpo			

NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE ATTESE
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	Sviluppare i gesti motori e adattarli in modo personale alle variabili dal gioco	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Incrementare gli aspetti cooperativi, collaborativi e di fiducia necessari ai giochi pre-sportivi e sportivi.</li> <li>- Accettare consapevolmente gli errori propri e degli altri, il risultato parziale o finale frutto del confronto sportivo.</li> <li>- Sviluppare la capacità di lettura e comprensione del gioco per adeguarsi alla sue variabilità</li> <li>- Sviluppare la capacità di comprendere le situazioni strategiche del gioco</li> <li>- Imparare e rispettare le regole dei giochi, degli sport e il fair play.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare e adattare le capacità coordinative alle situazioni di gioco, nelle condizioni di esecuzione normali o inusuali.</li> <li>- Potenziare i gesti tecnici o trasferire le abilità già utilizzate in altre attività.</li> <li>- Decodificare i gesti e i movimenti dei mie compagni e degli altri durante il gioco.</li> <li>- Partecipare attivamente alla scelte e alle realizzazioni di tattiche e semplici strategie dei giochi sportivi.</li> <li>- Sviluppare comportamenti di autocontrollo e accettazione legati al confronto sportivo.</li> <li>- Imparare a svolgere compiti e funzioni di arbitraggio.</li> </ul>	<b>Partecipa alle attività individuali e di squadra, rispettando i compagni gli altri e le regole</b>
	Apprendere e sviluppare strategie e tattiche individuali e di squadra			
	Sviluppare i principi e i comportamenti legati alla attività sportiva			
	Imparare e applicare correttamente le regole di base dei vari sport			
NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE	ABILITÀ	COMPETENZE ATTESE
<b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b>	Apprendere e sviluppare le diverse modalità d'allenamento fisico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendere e interpretare il corpo e il funzionamento dei principali organi e apparati.</li> <li>- Comprendere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare e potenziare le capacità coordinative e le qualità fisiche, per favorire e migliorare le prestazioni personali.</li> <li>- Riuscire a modulare il carico motorio in</li> </ul>	<b>Utilizza le esperienze e le conoscenze</b>

	Sviluppare la coscienza della distribuzione delle capacità prestazionali nelle diverse attività	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e comprendere i principali traumi che limitano l'efficienza fisica.</li> <li>- Imparare a gestire consapevolmente le risorse fisiche personali in modo corretto.</li> <li>- Riconoscere il valore e i benefici legati al miglioramento dell'efficienza fisica.</li> <li>- Sviluppare comportamenti appropriati per la sicurezza e l'incolumità propria e dei compagni.</li> <li>- Conoscere le regole per un corretto stile di vita.</li> <li>- Acquisire consapevolezza sugli effetti nocivi legati all'uso delle sostanze che alterano le condizioni fisiologiche normali dell'individuo. (integratori, doping, droghe, alcol).</li> </ul>	<p>relazione all'efficienza del proprio organismo e al tipo d'attività sportiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare i principi dell'allenamento per organizzare l'allenamento e mantenere un buon stato di salute.</li> <li>- Imparare a individuare e distinguere le situazioni normali da quelle pericolose.</li> <li>- Sviluppare i comportamenti necessari e funzionali per la sicurezza in situazione.</li> <li>- Padroneggiare esperienze motorie acquisite per affrontare situazioni diverse dalla normalità.</li> </ul>	<b>relative alla salute e ai corretti stili di vita</b>
	Attuare comportamenti che rispettano la propria e altrui sicurezza			
	Attivare comportamenti appropriati e positivi per la sicurezza propria e dei compagni			

### NUCLEI TEMATICI E UNITA' TEMATICHE D'APPRENDIMENTO CLASSE TERZA

Nucleo tematico	Unità tematica d'apprendimento
Corpo relazionato con spazio e tempo	Resistenza – Orienteering – Atletica: - Giochi polivalenti
Linguaggio corpo come comunicazione	Attività motorie individuali - Giochi di squadra e individuali
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Basket – Volley – Calcio – Rugby - Baseball - Goback
Salute, benessere e prevenzione	Resistenza - Orienteering – Educazione alla sicurezza e alla salute

### INDICAZIONI METODOLOGICO/DIDATTICHE

Procedimento metodologico d'apprendimento	Forma globale
Metodo didattico induttivo	Tipologia operativa scoperta guidata
Metodo didattico deduttivo	Tipologia operativa mista

	Tipologia operativa per assegnazione dei compiti
Forma d'insegnamento	Collettiva
	Piccolo gruppo
	A coppie
	Individuale
	Individualizzato
Tipo di correzione	Diretta sistematica
	Indiretta
Tipo di assistenza	Diretta
	Indiretta sistematica

### STUMENTI DI VERIFICA E DI VALUTAZIONE

Test preventivi	Verifiche pratiche d'ingresso
Osservazione sistematica soggettiva	Attività in situazione operativa
Verifiche pratiche	Giochi sportivi di squadra e individuali
Verifiche scritte	Schede con risposta a scelta multipla
Prove mirate per obiettivi	Staffette sportive, percorsi e prove individuali

### CITTADINANZA E COSTITUZIONE

#### COLLEGAMENTI INTERDISCIPLINARI

Indicazioni/osservazioni per alunni con disabilità	
Indicazioni/osservazioni per alunni con DSA e/o BES	
Indicazioni/osservazioni per alunni stranieri	