Scuola secondaria statale di I grado

“San Giovanni Bosco” – Trentola Ducenta

PROGRAMMAZIONE CURRICOLARE VERTICALE PER COMPETENZE

**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE a.s. 2022-2023**

**Riferimenti: *Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012 Indicazioni Nazionali e Nuovi Scenari 2018***

***Competenze chiave per l’apprendimento permanente* (Consiglio dell’Unione Europea, 22 maggio 2018)**

Docenti:

Classi :Tutte

Il **CURRICOLO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**, in linea con quanto suggerito nelle ***Indicazioni Nazionali 2012*** e dalle ***Indicazioni Nazionali e Nuovi Scenari 2018***, fissa gli obiettivi generali, gli obiettivi di apprendimento e i relativi traguardi per lo sviluppo delle competenze degli alunni, assumendo come orizzonte di riferimento le ***Competenze-chiave per l’apprendimento permanente*** ridefinite dal Consiglio dell’Unione europea il **22 maggio 2018**.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Traguardo (*Indicazioni nazionali 2012)*** | **Obiettivi di apprendimento (*Indicazioni Nazionali 2012)*** | **Obiettivi “operativi” da inserire nelle UdA** |
|  |  |  | **Classe prima** | **Classe seconda** | **Classe terza** |
| **1** | L’alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti. | - Saper utilizzare e trasferire le a b i l i t à p e r l a realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. | - Utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto motorio. | * E’ in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta.
* E’ in grado di seguire un piano di lavoro in vista del m i g l i o r a m e n t o d e l l e prestazioni.
* Pr a t i c a a t t i v i t à d i movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.
* Utilizza i risultati dei test p e r p r e d i s p o r r e un p e r so n a l e p i a n o di m i g l i o r a m e n t o d e l l e capacità fisiche
 | - Sa utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. |
| * Saper utilizzare l’esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.
* Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.
 | * Util iz z a e co r r el a l e variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico i ogni situazione sportiva.
* Sa orientarsi in ambiente naturale attraverso la lettura e la decodificazione di mappe.
 |
| - Sa pe r s i o r i e nt a r e nell’ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici(mappe, bussole). |  |
| **2** | *Utilizza le abilit*à *motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.* | * Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.
* Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l’altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.
 | * Utilizza gli schemi motori in forma variata e creativa, anche adoperando i diversi attrezzi, per trasformarli in abilità.
* Applica nei giochi strategie efficaci per la risoluzione delle situazioni problematiche.
 | - Padroneggia le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. | * Padroneggia le capacità coordinative adattandole alle situazioni di gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.
* Sa utilizzare e trasferire le abilità nei diversi contesti.
 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3** | U t i l iz z a g l i as p e t t i comunicativo-relazionali del l inguaggio 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. | * Conoscere e applicare se m p l i c i t e cn ich e di espressione corporea per rappresentare idee, stati d’animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.
* Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.
 | - Pratica attivamente i valori del fair play. | * Conosce e applica semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d’animo e storie mediante gestualità e posture.
* Pratica attivamente i valori del fair play.
 | * Conosce e applica semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d’animo e storie mediante gestualità e posture.
* Pratica attivamente i valori del fair play.
 |
| - Saper decodificare i gesti ar bitr al i in r el az io ne al l ’ a p p l icaz io ne d e l regolamento di gioco. |
| **4** | Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano st i l e di v i t a e a l l a prevenzione. | - Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell’età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. |  | - E’ in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell’età e si applica a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. | * Pr a t i c a a t t i v i t à d i movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.
* A p p l i c a t e cn i c h e di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare.
 |
| - Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicar e tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. | - Pr a t i c a a t t i v i t à d i movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. | * Ela b ora u n a st ra t e gi a personale per l’acquisizione di un corretto stile di vita.
* Favorisce iniziative di promozione della salute.
 |
| - Pr a t i c a r e a t t i v i tà d i movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5** | *Rispetta criteri base di sicurezza per s*é *e per gli altri.* | * Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.
* Sa pe r a d o t t a r e comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.
* Co no s c e r e ed e s s e r e consapevoli degli effetti nocivi legati all’assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol).
 | * Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.
* Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.
 | * Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.
* Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.
* Sa ge st i r e in m o d o consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l’altro.
 | * Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni, anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.
* Sa intervenire nei principali casi di primo soccorso.
* Conosce ed è consapevole degli effetti nocivi legati all’assunzione di sostanze illecite o che inducono dipendenza.
* Sa muoversi in sicurezza nei diversi ambienti.
 |
| **6** | È *capace di integrarsi nel gruppo, di as s umers i re sp on sa b il i t* à *e d i impegnarsi per il bene comune.* | * Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.
* Conoscere e applicare c o r r e t t a m e n t e il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.
 | * Collabora all’interno del gruppo facendo emergere le proprie capacità.
* Sa realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e p a r t e c i p a i n f o r m a propositiva alle scelte della squadra.
 | * Sa realizzare strategie di g ioco, met t e in at t o c o m p o r t a m e n t i collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.
* C o n o s c e e a p p l i c a c o r r e t t a m e n t e il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro.
 | * Sa realizzare strategie di g ioco, met t e in at t o c o m p o r t a m e n t i collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.
* C o n o s c e e a p p l i c a c o r r e t t a m e n t e i l regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro.
 |

Elenco e tempistica delle Unità d’Apprendimento

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **I ANNO** | **II ANNO** | **III ANNO** | **Periodo** |
| Una lezione speciale | La forma della salute | Adotto uno stile di vita sano e attivo | **Settembre - Dicembre** |
| Gli schemi motori di base diventano abilità | Il corpo racconta | Mi muovo con consapevolezza | **Dicembre - Febbraio** |
| Movimento sotto controllo | Schiena sana e corretta postura | Prevenire e reagire | **Febbraio - Aprile** |
| Imparo a giocare | In squadra si collabora | Mi oriento nella natura | **Aprile - Giugno** |

**Metodologie**

Il percorso educativo si attuerà cercando di mantenere la coerenza in continuità con la scuola primaria e l’orientamento verso la scuola secondaria. Preoccupazione costante degli insegnanti sarà la **centralità dell'alunno**. Le metodologie adottate avranno carattere innovativo ed inclusivo. In linea generale si ricorrerà a

* Lezioni frontali
* Lezioni pratiche e/o laboratoristi
* Brain storming
* Lavori di gruppo (cooperative learning)
* Valutazione tra pari.

Valutazione

**Valutazione della prova finale**

1. ***ANNO:*** sviluppo degli argomenti assegnati; capacità di riconoscere regole e comportamenti necessari alla vita comunitaria; coerenza e ordine con cui vengono prodotti i cartelloni illustrativi; esecuzione, spiegazione, organizzazione e redazione di un percorso e stesura di una scheda esplicativa; numero di errori nella dimostrazione; presenza degli elementi richiesti; utilizzo di varie forme coordinative; correttezza nell’esecuzione; fluidità d’azione; memorizzazione della sequenza; uso dello spazio; originalità; rispetto del ritmo esecutivo; giocabilità; originalità delle varianti proposte; individuazione, elaborazione e applicazione di strategie.
2. ***ANNO:*** inclusività; evidenza dei principi di fair play; misurazione dei test; esecuzione dei test, raccolta tabulazione e analisi dei dati; presentazione dei risultati ai compagni; utilizzo espressivo del corpo; comunicazione efficace del messaggio; scrupolosità e accuratezza delle fasi si allenamento e realizzazione dello spettacolo; originalità di uno spettacolo di teatro delle ombre; riconoscimento delle principali asimmetrie; compilazione della scheda di osservazione; piano di miglioramento personale della postura; senso di responsabilità; punteggio ottenuto; presenza di tutte le fasi di gioco; qualità delle rilevazioni effettuate.
3. ***ANNO:*** progettazione dell’attività, organizzazione dell’attività proposta, promozione dell’attività scelta, attività di sensibilizzazione sull’importanza di svolgere regolarmente attività fisica, gestione del gruppo d’interesse; presenza del numero di figure richieste, livello di difficoltà, esecuzione, aspetto coreografico e originalità, assistenza, memorizzazione nella concatenazione presentata; gestione dello stress; chiamata di soccorso; compilazione della scheda con la descrizione delle fasi dell’intervento di soccorso; atteggiamento durante la prova nei diversi ruoli; valutazione della progettazione del percorso; l’organizzazione dell’attività; l’illustrazione dell’attività e del percorso; la preparazione del questionario.

Osservazioni sistematiche dello studente

1. ***ANNO:*** identificazione dei comportamenti nei diversi ambienti; individuazione delle regole da rispettare durante le attività; rispetto delle regole di comportamento stabilite per i diversi ambienti; rispetto delle regole durante l’attività; interazione con i compagni; disponibilità all’aiuto; controllo del corpo

nell’uso dei diversi schemi; utilizzo consapevole delle diverse varianti per trasformare gli schemi motori; capacità di affrontare sfide; determinazione nel superare momenti di difficoltà; capacità di apprendimento motorio; capacità di controllo motorio; capacità di adattamento; utilizzo delle diverse forme di coordinazione a seconda delle situazioni; osservazione e giudizio della prova dei compagni; applicazione di semplici strategie di gioco stabilite dal gruppo; adesione alle decisioni della squadra; rispetto del ruolo assegnato nell’ambito della squadra; dimostrazione di padronanza delle proprie capacità fisiche e coordinative nelle fasi di gioco; gestione delle situazioni competitive.

1. ***ANNO:*** conoscenza delle principali nozioni alla base di forza, velocità, resistenza, flessibilità ed esercizi adatti per svilupparle; conoscenza e applicazione pratica dei principi di base dell’allenamento; controllo consapevole del corpo e del valore espressivo dell’azione fisica in scena; utilizzo di varie modalità per esprimersi e raccontare storie; interpretazione delle proposte decise dal gruppo; integrazione della propria prestazione con quella dei compagni; corretta osservazione e individuazione delle asimmetrie; applicazione delle conoscenze teoriche nel ricercare posture adeguate alle situazioni; utilizzo delle informazioni ricavate dai test postulai per preservare la propria schiena; scelta di esercizi adatti a migliorare la propria postura; perseveranza nell’esercizio seguendo un proprio piano di lavoro; interazione con i compagni di squadra; aiuto ai compagni in difficoltà; capacità di prevedere le conseguenze del proprio comportamento; rispetto dei ruoli assegnati e capacità di portare a termine i compiti assunti; disponibilità a lavorare con tutti; riconoscimento dei meriti dei compagni nel raggiungimento dell’obiettivo.
2. ***ANNO:*** conoscenza degli effetti del movimento sull’organismo, dell’importanza di una sana alimentazione, di un buon riposo e di una corretta respirazione; capacità di condividere quanto imparato riguardo al concetto di benessere; messa in pratica di attività volte a raggiungere, mantenere o ristabilire il proprio benessere; applicazione di principi base di una sana alimentazione; messa in pratica di principi base di un buon riposo; utilizzo della respirazione per rilassarsi; controllo dell’azione; riproduzione di un modello di azione; individuazione degli aspetti essenziali dell’azione; capacità di giudizio della propria e altrui performance; utilizzo del feedback; conoscenza degli effetti di doping, fumo e alcol sull’organismo; individuazioni di situazioni e circostanze di pericolo che necessitano di un intervento di soccorso; capacità di allertare i servizi di soccorso; capacità di mettere in atto le manovre salvavita; capacità di operare nei già comuni casi di primo soccorso; livello di individuazione della corrispondenza tra realtà e rappresentazione; conoscenza della simbologia della carta di orientamento; capacità di orientare la carta; interpretazione del percorso.

**Autovalutazione del risultato ottenuto**: confronto tra i risultati derivanti dalla compilazione da parte dello studente di una scheda di autoanalisi e riflessione sul livello raggiunto nella competenza e le osservazioni effettuate dall’insegnante sugli stessi indicatori; riconoscimento dei punti di forza e di debolezza del lavoro svolto e individuazione di un percorso di miglioramento.