

**DISCIPLINA**  
**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE PRIMO BIENNIO**

<b>COMPETENZE DELL'ASSE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare la lingua italiana in forma orale e scritta, con chiarezza e proprietà a seconda dei diversi contesti e scopi;</li> <li>• Riflettere sugli aspetti metalinguistici del codice comunicativo;</li> <li>• Padroneggiare gli strumenti per l'interpretazione e la produzione di testi;</li> <li>• Utilizzare con pertinenza i lessici disciplinari, anche con riferimento alla lingua straniera;</li> <li>• Leggere, comprendere ed interpretare testi scritti di vario tipo;</li> <li>• Produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi.</li> </ul>
<b>PRIMO ANNO</b>	
<b>COMPETENZE DISCIPLINARI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper percepire e interpretare le sensazioni relative al proprio corpo</li> <li>• Saper eseguire, seppur in modo approssimativo, almeno uno sport di squadra ed uno individuale</li> <li>• Saper comunicare e rispettare le regole comportamentali</li> <li>• Saper seguire una sana e corretta alimentazione</li> <li>• Saper essere responsabile della sicurezza personale negli ambienti scolastici e negli spazi esterni</li> <li>• Confronto agonistico con etica corretta</li> <li>• Spirito di collaborazione, rispetto degli altri</li> <li>• Saper riconoscere i benefici dell'attività motoria in ambiente naturale</li> </ul>
<b>COMPETENZE CHIAVE EUROPEE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicazione nella madrelingua</li> <li>• Padroneggiare gli strumenti espressivi ed argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa verbale in vari contesti;</li> <li>• Leggere, comprendere ed interpretare testi scritti di vario tipo;</li> <li>• Produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi;</li> <li>• Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici;</li> <li>• Imparare a imparare</li> <li>• Interagire adeguatamente e in modo chiaro sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali.</li> <li>• Individuare collegamenti e relazioni;</li> <li>• Acquisire ed interpretare l'informazione;</li> <li>• Organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro;</li> <li>• Utilizzare gli strumenti culturali e metodologici per porsi con atteggiamento razionale, critico e responsabile di fronte alla realtà, ai suoi fenomeni, ai suoi problemi, anche ai fini dell'apprendimento permanente.</li> </ul>
<b>COMPETENZE DI CITTADINANZA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imparare a imparare</li> <li>• Progettare</li> <li>• Comunicare</li> <li>• Collaborare e partecipare</li> <li>• Agire in modo autonomo e consapevole</li> <li>• Risolvere problemi</li> <li>• Individuare collegamenti e relazioni</li> </ul>

<b>ABILITA'</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acquisire e interpretare l'informazione</li> <li>• Padronanza degli schemi motori di base</li> <li>• Sviluppo delle qualità motorie</li> <li>• Eseguire e controllare i fondamentali individuali di base degli sport</li> <li>• Collaborare attivamente nel gruppo per raggiungere un risultato comune</li> <li>• Rispettare gli altri nello spirito di collaborazione: il fair play</li> <li>• Utilizzare responsabilmente mezzi e strumenti idonei a praticare l'attività motoria</li> <li>• Giochi, partite, tornei interni</li> <li>• Attivazione comportamenti responsabili nel rispetto dell'ambiente naturale</li> </ul>
<b>CONOSCENZE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Percezione di se' e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità</b></li> <li>• <b>Lo sport, le regole e il fair play</b></li> <li>• <b>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</b></li> <li>• <b>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</b></li> <li>• Conoscenza, padronanza e rispetto del corpo</li> <li>• Conoscenza degli equilibri posturali</li> <li>• Cenni dell'apparato locomotore.</li> <li>• Traumatologia: lesioni a carico delle ossa e dei muscoli</li> <li>• Paramorfismi e dismorfismi dell'età scolare</li> <li>• Attività a carico naturale</li> <li>• Attività di opposizione e resistenza</li> <li>• Attività di resistenza per il controllo segmentario</li> <li>• Conoscenza delle attività sportive individuali: Atletica leggera-Ginnastica ritmica-Sci-Badminton- Tennis tavolo – Tennis e di squadra: pallacanestro- Pallavolo- Calcio- Calcetto</li> <li>• Conoscenza delle principali regole degli sport praticati</li> <li>• Giochi, partite, arbitraggio e tornei interni degli sport praticati</li> <li>• Informazioni sui principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola, e negli spazi aperti</li> <li>• Elementi di educazione alimentare</li> <li>• I disturbi alimentari: anoressia e bulimia</li> <li>• Conoscere i principali sport praticati in ambiente naturale</li> <li>• Orientamento in contesti diversificati</li> </ul>
<b>OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini e potenzialità.</li> <li>• Conoscere le regole fondamentali del gioco degli sport praticati</li> <li>• Saper eseguire in modo corretto ed essenziale esercizi o fondamentali di gioco</li> <li>• Eseguire i gesti tecnici in situazione di gioco semplificato, rispettando le regole, ricoprendo ruoli diversi e riconoscendo il valore della competizione</li> </ul>

<b>COMPETENZE DI EDUCAZIONE CIVICA</b>	Agenda 2030 e sviluppo sostenibile I benefici del movimento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere i benefici, sull' adolescente che derivano da stili di vita attivi</li> <li>• Saper distinguere comportamenti virtuosi su cui si basa la salute</li> </ul>
<b>METODOLOGIE</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezione frontale dialogata</li> <li>• Confronto studente/docente</li> <li>• Tutoring</li> <li>• Peer to peer</li> <li>• Lezione frontale</li> <li>• Approccio problematico e dialogico</li> <li>• Cooperative learning</li> <li>• Riflessione individuale</li> <li>• Lezione pratica</li> <li>• Flipped classroom</li> </ul>		
<b>VALUTAZIONE</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• verifica orale Interrogazione breve</li> <li>• Verifica pratica</li> </ul>		
<b>SECONDO ANNO</b>		
<b>COMPETENZE DISCIPLINARI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper utilizzare il lessico specifico della disciplina</li> <li>• Saper eseguire in modo corretto e consapevole le attività pratiche proposte</li> <li>• Saper eseguire, seppur in modo approssimativo, almeno uno sport di squadra ed uno individuale</li> <li>• Saper comunicare e rispettare le regole comportamentali</li> <li>• Promuovere uno stile di vita sano e attivo</li> <li>• Sapersi orientare con bussole, mappe, e carte</li> <li>• Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale</li> <li>• Sapere cosa fare per evitare rischi e pericoli</li> <li>• Avere comportamenti rispettosi nei confronti della natura</li> </ul>	
<b>COMPETENZE CHIAVE EUROPEE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicazione nella madrelingua:</li> <li>• Padroneggiare gli strumenti espressivi ed argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa verbale in vari contesti;</li> <li>• Leggere, comprendere ed interpretare testi scritti di vario tipo;</li> <li>• Produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi;</li> <li>• Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici;</li> <li>• Imparare a imparare</li> <li>• Interagire adeguatamente e in modo chiaro sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali.</li> <li>• Individuare collegamenti e relazioni;</li> <li>• Acquisire ed interpretare l'informazione;</li> <li>• Organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro;</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizzare gli strumenti culturali e metodologici per porsi con atteggiamento razionale, critico e responsabile di fronte alla realtà, ai suoi fenomeni, ai suoi problemi, anche ai fini dell'apprendimento permanente.</li> </ul>
<b>COMPETENZE DI CITTADINANZA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imparare a imparare</li> <li>• Progettare</li> <li>• Comunicare</li> <li>• Collaborare e partecipare</li> <li>• Agire in modo autonomo e consapevole</li> <li>• Risolvere problemi</li> <li>• Individuare collegamenti e relazioni</li> <li>• Acquisire e interpretare l'informazione</li> </ul>
<b>ABILITA'</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miglioramento delle capacità motorie di base, coordinative e condizionali di abilità e destrezza con e senza l'utilizzo dei piccoli e grandi attrezzi occasionali</li> <li>• Eseguire e controllare i fondamentali individuali di base degli sport</li> <li>• Collaborare attivamente nel gruppo per raggiungere un risultato comune</li> <li>• Rispettare gli altri nello spirito di collaborazione: il fair play</li> <li>• Prevenzione degli infortuni e tecniche di primo intervento</li> <li>• Attivazione di comportamenti responsabili nei confronti della natura</li> </ul>
<b>CONOSCENZE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Percezione di se' e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità</b></li> <li>• <b>Lo sport, le regole e il fair play</b></li> <li>• <b>Salute, benessere, sicurezza e prevenzione</b></li> <li>• <b>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</b></li> <li>• Conoscenze generali del corpo umano: apparato cardio-circolatorio ed apparato respiratorio</li> <li>• Gli effetti benefici del movimento sugli apparati cardio-respiratorio</li> <li>• Rilevazione del battito cardiaco a riposo e dopo sforzo</li> <li>• Gli schemi motori e le loro caratteristiche</li> <li>• Esercizi a corpo libero individuali, a coppie o in gruppo</li> <li>• Conoscenza delle attività sportive individuali: Atletica leggera-Ginnastica ritmica-Sci-Badminton- Tennistavolo – Tennis e di squadra: pallacanestro- Pallavolo- Calcio- Calcetto</li> <li>• Conoscenza delle principali regole degli sport praticati</li> <li>• Giochi, partite, arbitraggio e tornei interni degli sport praticati</li> <li>• Cenni sulla metodologia di allenamento relativa all'attività</li> <li>• Elementi di primo soccorso cardiologico : il BLS</li> <li>• Nozioni di primo soccorso: emorragie,epistassi,shock,soffocamento</li> <li>• Conoscere i benefici dell'attività motoria in ambienti diversi</li> <li>• Conoscere l'Orienteering</li> </ul>
<b>OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini e potenzialità.</li> <li>• Conoscere le regole fondamentali del gioco degli sport praticati</li> <li>• Saper eseguire in modo corretto ed essenziale esercizi o fondamentali di gioco</li> <li>• Eseguire i gesti tecnici in situazione di gioco semplificato, rispettando le regole, ricoprendo ruoli diversi e riconoscendo il valore della competizione</li> </ul>

<b>COMPETENZE DI EDUCAZIONE CIVICA</b>	AGENDA 2030 E SVILUPPO SOSTENIBILE I principi di una sana alimentazione. Cibo e salute Le diete sostenibili	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere le nozioni base per nutrirsi in modo corretto</li> <li>• Saper distinguere nei diversi gruppi alimentari macro nutrienti che li compongono</li> </ul>
<b>METODOLOGIE</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezione frontale dialogata</li> <li>• Confronto studente/docente</li> <li>• Tutoring</li> <li>• Peer to peer</li> <li>• Lezione frontale</li> <li>• Approccio problematico e dialogico</li> <li>• Cooperative learning</li> <li>• Riflessione individuale</li> <li>• Lezione pratica</li> <li>• Flipped classroom</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>VALUTAZIONE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verifica orale Interrogazione breve</li> <li>• Verifica pratica</li> </ul>		

## Griglia di valutazione Scienze Motorie e Sportive

<b>Voto</b>	<b>Giudizio</b>	<b>Aspetti educativo-formativi</b>	<b>Livelli di apprendimento</b>	<b>Conoscenze e competenze motorie</b>
<b>1-2</b>	<b>Nulla</b>	Totale disinteresse per l'attività svolta	Livello degli apprendimenti pressoché irrilevabile	Livello delle competenze e conoscenze motorie profondamente inadeguato
<b>3-4</b>	<b>Gravemente insufficiente</b>	Forte disinteresse per la disciplina	Scarsi apprendimenti	Inadeguato livello delle competenze motorie e delle relative conoscenze, grosse difficoltà di comprensione delle richieste, realizzazione pratica molto lenta, scoordinata e scorretta.
<b>5</b>	<b>Insufficiente</b>	Parziale disinteresse per la disciplina	L'apprendimento avviene con difficoltà, il livello di sviluppo è rilevabile, ma carente	Conoscenze e competenze motorie lacunose o frammentarie
<b>6</b>	<b>Sufficiente</b>	Raggiunge gli obiettivi minimi impegnandosi e partecipando in modo parziale o settoriale	L'apprendimento avviene con poche difficoltà.	Conoscenze e competenze motorie nel complesso accettabili
<b>7</b>	<b>Discreto</b>	Partecipa e si impegna in modo soddisfacente	L'apprendimento risulta abbastanza veloce e con rare difficoltà	Le conoscenze e le competenze motorie appaiono abbastanza sicure ed in evoluzione. Raggiunge sempre un livello accettabile nelle prove proposte.
<b>8</b>	<b>Buono</b>	Positivo il grado di impegno e partecipazione, nonché l'interesse per la disciplina.	L'apprendimento appare veloce ed abbastanza sicuro	Il livello delle competenze motorie è di qualità, sia sul piano coordinativo, sia su quello tattico e della rapidità di risposta motoria.

9	<b>Ottimo</b>	Fortemente motivato e interessato.	Velocità di apprendimento, comprensione, elaborazione e risposta motoria.	Elevato livello delle abilità motorie, livello coordinativo raffinato e molto elevato
10	<b>Eccellente</b>	Impegno, motivazione, partecipazione, senso di responsabilità e maturità caratterizzano lo studente	Velocità di risposta, fantasia tattica, grado di rielaborazione e livelli di apprendimento sono ad un livello massimo.	Il livello delle competenze, delle conoscenze e delle prestazioni è sempre eccellente.

**DISCIPLINA**  
**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE SECONDO BIENNIO**

**COMPETENZE DELL'ASSE**

- Padroneggiare la lingua italiana in forma orale e scritta, con chiarezza e proprietà a seconda dei diversi contesti e scopi;
- Riflettere sugli aspetti metalinguistici del codice comunicativo;
- Padroneggiare gli strumenti per l'interpretazione e la produzione di testi;
- Utilizzare con pertinenza i lessici disciplinari, anche con riferimento alla lingua straniera;
- Leggere, comprendere ed interpretare testi scritti di vario tipo;
- Produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi.

**TERZO ANNO**

**COMPETENZE DISCIPLINARI**

- Saper coordinare azioni efficaci in situazioni complicate
- Affinare le tecniche e le tattiche di almeno due e degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini
- Saper applicare le regole dello star bene con un corretto stile di vita ed idonee prevenzioni
- Essere consapevoli dei danni alla salute di alcune sostanze nocive
- Saper rispettare i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri
- Sapersi orientare con bussole carte e mappe
- Essere capaci di applicare comportamenti ecologici nel rispetto della natura
- Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale

**COMPETENZE CHIAVE EUROPEE**

- Comunicazione nella madrelingua
- Padroneggiare gli strumenti espressivi ed argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa verbale in vari contesti;
- Leggere, comprendere ed interpretare testi scritti di vario tipo;
- Produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi;
- Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici;
- Imparare a imparare
- Interagire adeguatamente e in modo chiaro sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali.
- Individuare collegamenti e relazioni;
- Acquisire ed interpretare l'informazione;
- Organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro;
- Utilizzare gli strumenti culturali e metodologici per porsi con atteggiamento razionale, critico e responsabile di fronte alla realtà, ai suoi fenomeni, ai suoi problemi, anche ai fini dell'apprendimento permanente.

**COMPETENZE DI CITTADINANZA**

- Imparare a imparare
- Progettare
- Comunicare
- Collaborare e partecipare
- Agire in modo autonomo e consapevole
- Risolvere problemi
- Individuare collegamenti e relazioni
- Acquisire e interpretare l'informazione

<b>ABILITA'</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miglioramento delle proprie capacità motorie e coordinative</li> <li>• Assumere ruoli all'interno del gruppo in relazione alle proprie capacità individuali</li> <li>• Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute</li> <li>• Muoversi in sicurezza in diversi ambienti</li> </ul>	
<b>CONOSCENZE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Percezione di se' e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità</b></li> <li>• <b>Lo sport,le regole e il fair play</b></li> <li>• <b>Salute , benessere, sicurezza e prevenzione</b></li> <li>• <b>Relazione con l' ambiente naturale e tecnologico</b></li> <li>• Conseguire un miglioramento delle capacità motorie <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondimento delle conoscenze relative alle tecniche e tattiche degli sport di squadra e individuali</li> <li>• Tornei,giochi,partite</li> <li>• Sport in ambiente urbano,aerobica,step, cardio- fitness</li> <li>• Conoscere i danni provocati da sostanze nocive: fumo, alcool, droghe , sostanze dopanti</li> <li>• Conoscere il concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e prevenzione</li> <li>• Conoscere le caratteristiche dei vari ambienti naturali e delle possibilità che offrono</li> <li>• Conoscere come tutelare e rispettare la natura Conoscere come leggere carte e mappe ed utilizzare la bussola</li> <li>• Conoscere i pericoli che nasconde l'ambiente naturale</li> <li>• Orienteering Trekking</li> </ul> </li> </ul>	
<b>OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere in proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini e potenzialità.</li> <li>• Conoscere le regole fondamentali di almeno due giochi di squadra</li> <li>• Saper eseguire in modo corretto esercizi o fondamentali di gioco</li> <li>• Eseguire i gesti tecnici più appropriati alle situazioni di gioco, rispettando le regole, ricoprendo ruoli diversi e riconoscendo il valore della competizione</li> </ul>	
<b>COMPETENZE DI EDUCAZIONE CIVICA</b>	<p>Agenda 2030 e sviluppo sostenibile</p> <p>I comportamenti a rischio</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere danni che derivano dall' uso di sostanze (alcool, fumo,droghe)</li> <li>• Avere consapevolezza di come e' possibile gestire il disagio,per evitare comportamenti a rischio</li> </ul>
<b>METODOLOGIE</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezione frontale dialogata</li> <li>• Confronto studente/docente</li> <li>• Tutoring</li> <li>• Peer to peer</li> <li>• Lezione frontale</li> <li>• Approccio problematico e dialogico</li> <li>• Cooperative learning</li> </ul>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riflessione individuale</li> <li>• Lezione pratica</li> <li>• Flipped classroom</li> </ul>	
<b>VALUTAZIONE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• verifica orale Interrogazione breve</li> <li>• Verifica pratica</li> </ul>	
<b>QUARTO ANNO</b>	
<b>COMPETENZE DISCIPLINARI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accrescere la padronanza di sé</li> <li>• Saper valutare le proprie prestazioni e svolgere attività di diversa durata ed intensità</li> <li>• Affinare le tecniche e le tattiche d almeno due degli sport programmati nei ruoli congeniali alle proprie attitudini</li> <li>• Saper applicare le regole dello star bene con un corretto stile di vita ed idonee prevenzioni</li> <li>• Essere consapevoli dei danni alla salute di alcune sostanze nocive</li> <li>• Rispettare i criteri di base per se e per gli altri</li> <li>• Sapersi orientare con bussole carte e mappe</li> <li>• Essere capaci di applicare comportamenti ecologici nel rispetto della natura</li> <li>• Sapere come equipaggiarsi ed abbigliarsi prima di un'escursione in ambiente naturale</li> </ul>
<b>COMPETENZE CHIAVE EUROPEE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicazione nella madrelingua:</li> <li>• Padroneggiare gli strumenti espressivi ed argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa verbale in vari contesti;</li> <li>• Leggere, comprendere ed interpretare testi scritti di vario tipo;</li> <li>• Produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi;</li> <li>• Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici;</li> <li>• Imparare a imparare</li> <li>• Interagire adeguatamente e in modo chiaro sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali.</li> <li>• Individuare collegamenti e relazioni;</li> <li>• Acquisire ed interpretare l'informazione;</li> <li>• Organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale ed informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di studio e di lavoro;</li> <li>• Utilizzare gli strumenti culturali e metodologici per porsi con atteggiamento razionale, critico e responsabile di fronte alla realtà, ai suoi fenomeni, ai suoi problemi, anche ai fini dell'apprendimento permanente.</li> </ul>
<b>COMPETENZE DI CITTADINANZA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imparare a imparare</li> <li>• Progettare</li> <li>• Comunicare</li> <li>• Collaborare e partecipare</li> <li>• Agire in modo autonomo e consapevole</li> <li>• Risolvere problemi</li> <li>• Individuare collegamenti e relazioni</li> <li>• Acquisire e interpretare l'informazione</li> </ul>
<b>ABILITA'</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinare azioni efficaci in situazioni complesse</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Collaborazione nell'organizzazione di giochi, di competizioni sportive e della loro direzione arbitrale, assistenza</li> <li>• Assumere comportamenti finalizzati al miglioramento della salute</li> <li>• Muoversi in sicurezza in diversi ambienti</li> </ul>	
<b>CONOSCENZE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Percezione di se' e completamento dello sviluppo funzionale delle capacita'</b></li> <li>• <b>Lo sport,le regole e il fair play</b></li> <li>• <b>Salute , benessere, sicurezza e prevenzione</b></li> <li>• <b>Relazione con l' ambiente naturale e tecnologico</b></li> <li>• Conoscenza del corpo umano:L'apparato digerente e i principi di una corretta alimentazione e di come essa è utilizzata nell'ambito dell'attività fisica e sportiva</li> <li>• Il fabbisogno energetico e il metabolismo Classificazione degli sport in base ai meccanismi di produzione energeticaApprofondimento delle conoscenze relative agli sport di squadra e individuali</li> <li>• Approfondimento delle conoscenze tecniche, tattiche e teoria delle attività motorie, sportive ed espressive</li> <li>• Teoria dell'allenamento Partite ,giochi,tornei</li> <li>• Sport in ambiente urbano, aerobica, step, cardio-fitness</li> <li>• Conoscere il concetto di salute come mantenimento, con regole di vita corrette e prevenzione</li> <li>• Conoscere le norme igienico sanitarie sulla sessualità</li> <li>• L' AIDS</li> <li>• L'Epatite</li> <li>• Conoscere le caratteristiche dei vari ambienti naturali e delle possibilità che offrono Conoscere come tutelare e rispettare la natura Conoscere come leggere carte e mappe ed utilizzare la bussola</li> <li>• Conoscere i pericoli che nasconde l'ambiente naturale</li> <li>• Orienteering Trekking</li> </ul>	
<b>OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere in proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini e potenzialità.</li> <li>• Conoscere le regole fondamentali di almeno due giochi di squadra</li> <li>• Saper eseguire in modo corretto esercizi o fondamentali di gioco</li> <li>• Eseguire i gesti tecnici più appropriati alle situazioni di gioco, rispettando le regole, ricoprendo ruoli diversi e riconoscendo il valore della competizione</li> </ul>	
<b>COMPETENZE DI EDUCAZIONE CIVICA</b>	AGENDA 2030 E SVILUPPO SOSTENIBILE Il Primo Soccorso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere nozioni e tecniche di base del Primo Soccorso</li> <li>• Saper consapevolmente come approcciarsi ad un infortunato</li> </ul>
<b>METODOLOGIE</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezione frontale dialogata</li> <li>• Confronto studente/docente</li> <li>• Tutoring</li> <li>• Peer to peer</li> </ul>		

- Lezione frontale
- Approccio problematico e dialogico
- Cooperative learning
- Riflessione individuale
- Lezione pratica
- Flipped classroom

#### **VALUTAZIONE**

- verifica orale Interrogazione breve
- Verifica pratica

## Griglia di valutazione Scienze Motorie e Sportive

<b>Voto</b>	<b>Giudizio</b>	<b>Aspetti educativo-formativi</b>	<b>Livelli di apprendimento</b>	<b>Conoscenze e competenze motorie</b>
1-2	<b>Nulla</b>	Totale disinteresse per l'attività svolta	Livello degli apprendimenti pressoché irrilevabile	Livello delle competenze e conoscenze motorie profondamente inadeguato
3-4	<b>Gravemente insufficiente</b>	Forte disinteresse per la disciplina	Scarsi apprendimenti	Inadeguato livello delle competenze motorie e delle relative conoscenze, grosse difficoltà di comprensione delle richieste, realizzazione pratica molto lenta, scoordinata e scorretta.
5	<b>Insufficiente</b>	Parziale disinteresse per la disciplina	L'apprendimento avviene con difficoltà, il livello di sviluppo è rilevabile, ma carente	Conoscenze e competenze motorie lacunose o frammentarie
6	<b>Sufficiente</b>	Raggiunge gli obiettivi minimi impegnandosi e partecipando in modo parziale o settoriale	L'apprendimento avviene con poche difficoltà.	Conoscenze e competenze motorie nel complesso accettabili
7	<b>Discreto</b>	Partecipa e si impegna in modo soddisfacente	L'apprendimento risulta abbastanza veloce e con rare difficoltà	Le conoscenze e le competenze motorie appaiono abbastanza sicure ed in evoluzione. Raggiunge sempre un livello accettabile nelle prove proposte.
8	<b>Buono</b>	Positivo il grado di impegno e partecipazione, nonché l'interesse per la disciplina.	L'apprendimento appare veloce ed abbastanza sicuro	Il livello delle competenze motorie è di qualità, sia sul piano coordinativo, sia su quello tattico e della rapidità di risposta motoria.
9	<b>Ottimo</b>	Fortemente motivato e interessato.	Velocità di apprendimento, comprensione, elaborazione e risposta motoria.	Elevato livello delle abilità motorie, livello coordinativo raffinato e molto elevato
10	<b>Eccellente</b>	Impegno, motivazione, partecipazione, senso di responsabilità e maturità caratterizzano lo studente	Velocità di risposta, fantasia tattica, grado di rielaborazione e livelli di apprendimento sono ad un livello massimo.	Il livello delle competenze, delle conoscenze e delle prestazioni è sempre eccellente.