

Prima parte	Discipline	Traguardi*	Obiettivi di apprendimento*	Mappa delle Attività e dei contenuti (indicazioni nodali)	Titolo dell'U.A. U. A. 1 <i>Il corpo che Cambia</i> <i>Ed.fisica</i> <i>2D</i>
Obiettivi di apprendimento previsti		A	2		
		C	5		
		D	12		
	Ed. Fisica	E	14		
		F	15		
			16		
Personalizzazioni (eventuali)	Discipline	Traguardi*	Obiettivi di apprendimento*	Esplicitati analiticamente in rapporto al singolo e/o al gruppo	
				Per l' alunno con PEI fa fede quanto concordato e definito nel rispettivo Piano Educativo Individualizzato ed in accordo con l' insegnante di sostegno. Per gli alunni con PDP fa fede quanto predisposto e concordato nei rispettivi Piani Didattici Personalizzati.	
	COMPITO UNITARIO**			Creazione di una tabella personale con i risultati dei test e prove motorie con cui l'alunno autovaluta le proprie capacità e riflette sul fatto che le stesse maturano con lo sviluppo, l'educazione e l'esercizio costante.	

Metodologia	<p>L'attività didattica procederà attraverso l'opportuno ed equilibrato uso dei seguenti metodi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Learning by doing • Lezione dialogata • Cooperative learning • Insegnamento reciproco • Osservazione diretta e sistematica • Metodo induttivo <p>Percorsi autonomi di approfondimento</p>
Verifiche	<p>L'indagine valutativa sarà pertanto indirizzata sulle capacità acquisite . sull'aspetto educativo, sull'aspetto coordinativo e condizionale e sull'aspetto conoscitivo della materia attraverso :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Produzioni sul quaderno di educazione fisica • Prove pratiche e test motori • Esercitazioni individuali e di gruppo • <p>L'osservazione sistematica rappresenterà il principale strumento di verifica del processo di apprendimento nonché della partecipazione e dell'impegno nelle attività proposte . La valutazione in itinere si soffermerà sui progressi individuali di ciascun allievo in rapporto ai livelli personali di partenza, all'impegno profuso, al contributo offerto alla vita di classe, al grado di maturità globale.</p>
Risorse da utilizzare	<p>Saranno tutte quelle in dotazione alla scuola codificata e non :</p> <ul style="list-style-type: none"> • libro di testo in adozione • Mappe concettuali • Palestre ed attrezzature sportive in dotazione della scuola • Video specifici della disciplina ed immagini postati sulla google classroom
Tempi	<p>Da Settembre a Gennaio e trasversale per tutto l'anno</p>
Obiettivi di apprendimento contestualizzati	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo: 2 Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva: 5 Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo mediante la gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie ed in</p>

	<p>gruppo.</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza: 12 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. 14 Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. 15 Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo 16 Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Traguardi per lo sviluppo delle competenze: A L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti C Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori del fair play come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole D Riconosce, ricerca ed applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione E Rispetta criteri base di sicurezza per se' e per gli altri F E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>
<p>Competenze-chiave europee di riferimento</p>	<p>1 Comunicazione nella madrelingua 2 Comunicazione nelle lingue straniere 3 Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia 4 Competenza digitale X 5 Imparare a imparare X 6 Competenze sociali e civiche X 7 Spirito di iniziativa e imprenditorialità 8 Consapevolezza ed espressione culturale</p>
<p>Note</p>	<p>* Con riferimento all'elenco dei Traguardi per lo sviluppo delle competenze e degli OO. AA. (come da Indicazioni Nazionali e PTOF) e a quello degli OO. AA. contestualizzati. / ** Con riferimento alle competenze-chiave europee.</p>

<p>Seconda parte</p>	<p>Titolo dell'U. A. : il corpo che cambia</p>		<p>1</p>
<p>Diario di bordo</p> <p>- <i>interventi specifici attuati</i></p> <p>- <i>strategie metodologiche adottate</i></p> <p>- <i>difficoltà incontrate</i></p> <p>- <i>eventi sopravvenuti</i></p> <p>- <i>verifiche operate</i></p> <p>- <i>ecc.</i></p>	<p>Attività oggetto di osservazione e verifica :</p> <ul style="list-style-type: none"> • attività a corpo libero, <ul style="list-style-type: none"> • attività con piccoli attrezzi • staffette di velocità • percorsi di coordinazione e resistenza • varie andature in passo e in corsa • giochi di reattività e coordinazione • test motori <p>Attività di approfondimento della disciplina:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le capacità motorie • Il sistema muscolare • Traumi muscolari e azioni di primo intervento • I principi nutritivi e le loro funzioni <p>Per Educazione Civica ed in riferimento all'Unità di Apprendimento Interdisciplinare, di cui si allega la mappa concettuale a questa UdA, l'argomento di riflessione ed approfondimento ha riguardato l'importanza dell'alimentazione per il benessere e la salute dell'organismo, attraverso la conoscenza dei principi nutritivi e le loro funzioni sull'organismo, con particolare attenzione alle microplastiche presenti negli alimenti. Gli alunni, a conclusione dell'attività, hanno prodotto un cartellone con le regole da seguire per evitare le microplastiche nell'alimentazione.</p> <p>L'analisi della situazione di partenza ,attraverso le prove motorie e le attività di fisico-pratiche, ha dato la possibilità di mettere in evidenza i prerequisiti di ogni studente e cioè le caratteristiche, i comportamenti, le capacità e le abilità di ognuno. Si è cercato di migliorare la percezione del proprio sé e di promuovere e potenziare alcune capacità individuali ritenute importanti ai fini di uno sviluppo armonico della persona. Gli alunni hanno riflettuto sull'importanza del movimento per uno stato di benessere psico-fisico della persona , puntando sullo sviluppo delle capacità di dialogo e di relazione positiva tra coetanei.. Le attività proposte hanno sempre puntato al coinvolgimento attivo degli alunni, alla partecipazione attiva e responsabile. Gli alunni, pur nella loro vivacità e con continui richiami ad un comportamento più maturo e responsabile, in particolare per alcuni di loro, hanno partecipato a tutte le attività proposte con partecipazione attiva ed assidua. Si è, pertanto, evidenziata una risposta alle sollecitazioni didattico-educative nel complesso soddisfacente e per alcuni anche più che soddisfacente anche per quanto concerne gli aspetti relativi al saper comunicare e relazionarsi positivamente con gli altri. La valutazione, i cui risultati per ognuno sono riportati nella valutazione quadrimestrale, è scaturita dalle osservazioni dirette e sistematiche durante le varie esercitazioni e le prove pratiche, ed ha tenuto conto dell'impegno, della partecipazione attiva e dell'interesse mostrati durante tutte le attività svolte, tenendo conto dei progressi raggiunti in base alle capacità potenziali e ai livelli di partenza. I risultati generali della classe sono da considerarsi nel complesso apprezzabili. Gli obiettivi fissati si sono dimostrati aderenti alla situazione della classe.</p>		

RUBRICA VALUTATIVA DI EDUCAZIONE FISICA

NUCLEI TEMATICI	CRITERI	INDICATORI	Livelli di competenza(voto)			
			INIZIALE(5)	BASE(6)	INTERM.(7/8)	AVANZATO(9/10)
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	-eseguire movimenti con carichi. -sostenere sforzi prolungati. -compiere azioni motorie nel minor tempo possibile. -effettuare movimenti con la massima ampiezza	-esegue movimenti in condizioni dinamiche isotoniche e isometriche. -mantiene uno sforzo aerobico nel tempo ed esegue sforzi localizzati per più ripetizioni. -percorre spazi e distanze in tempi ridotti,esegue gesti motori con rapidità e reagisce rapidamente ad uno stimolo. -esegue movimenti ampi e armonici nei vari distretti articolari.	Presenta impaccio e difficoltà nel controllare azioni motorie anche semplici e necessita di essere guidato	Controlla azioni motorie in situazioni semplici	Utilizza azioni motorie in situazioni combinatae	Padroneggia azioni motorie complesse in situazioni variabili con soluzioni personali

NUCLEI TEMATICI	CRITERI	INDICATORI	Livelli (voto)			
			INIZIALE(5)	BASE(6)	INTERMEDIO(7/8)	AVANZATO(9/10)
			SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA	-acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e degli effetti del movimento in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza. -essere consapevoli della propria efficienza fisica applicando adeguate metodologie e attuando comportamenti finalizzati al conseguimento e mantenimento di un buon stato di salute.	- è consapevole delle caratteristiche e degli effetti delle metodologie di allenamento delle varie capacità psicomotorie. -è cosciente dell'importanza di corretti comportamenti e abitudini finalizzate al mantenimento di un buon stato di salute.	Esegue indicazioni relative al miglioramento delle capacità psicomotorie e dello stato di salute.
Prof.ssa Conti Girolama – Classe 2D - Plesso “G.Verga”						
Note						

Prima parte	Discipline	Traguardi*	Obiettivi di apprendimento*	Mapa delle attività e dei contenuti <i>(indicazioni nodali)</i>	U. A. n. 1 Classe 2[^]D (I quadrimestre) IL RICICLO E' UN'ARTE
Obiettivi di apprendimento previsti					