

TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO classe 3a A	OBIETTIVI OPERATIVI
<p>Conoscere e controllare il movimento segmentario e globale del proprio corpo</p> <p>Conoscere le proprie competenze motorie (autovalutazione)</p> <p>Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del movimento per entrare in relazione con gli altri</p> <p>Utilizzare le abilità motorie e sportive acquisite, adattando il movimento in situazione</p>	<p><b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p> <p>Realizzare movimenti e sequenze di movimenti con le giuste variabili spazio-temporali e utilizzarle per la realizzazione dei gesti tecnici di alcuni sport</p> <p>Miglioramento della coordinazione dinamica generale e oculo-manuale</p> <p><b>Il corpo come modalità comunicativo-espressiva</b></p> <p>Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e sport</p> <p>Saper decodificare semplici gesti arbitrali</p> <p>Saper adeguare i propri movimenti di danza a quelli del gruppo e del partner, seguendo il ritmo musicale</p> <p><b>Il gioco, lo sport, le regole, il fair-play</b></p> <p>Padroneggiare le capacità coordinative, adattandole alle situazioni richieste dal gioco</p>	<p>L'alunno sa coordinare tra loro vari schemi motori (correre, saltare, ecc.) in forma successiva e/o simultanea, eseguire andature preatletiche, esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi, esercizi e percorsi di destrezza</p> <p>Sa eseguire i fondamentali di pallavolo, basket, rugby, pallamano, pallapugno, hitball, go-back</p> <p>Sa decodificare i gesti dei compagni durante il gioco di squadra e i segni arbitrali</p> <p>Sa svolgere compiti di arbitraggio, guardalinee e segnapunti</p> <p>Sa eseguire danze tradizionali</p> <p>Sa partecipare in maniera attiva ai giochi di movimento a squadre e ne rispetta le regole (palla</p>

<p>Conoscere e rispettare le principali regole degli sport praticati</p> <p>Praticare attivamente i valori sportivi (fair-play) e di rispetto delle regole, collaborando coi compagni di squadra e rispettando gli avversari</p>	<p>Conoscere, applicare e rispettare le regole dei giochi e degli sport proposti</p> <p>Realizzare strategie di gioco, collaborare coi compagni di squadra</p> <p>Gestire le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto degli avversari (vittorie, sconfitte ecc.)</p>	<p>prigioniera, dodgeball ecc.)</p> <p>Sa prendere parte ad azioni e brevi partite di pallavolo, basket, rugby, pallamano, calcio a 5, hitball, palla pugno, go-back</p> <p>Sa eseguire specialità di atletica leggera come corse, staffette, salto in lungo, lancio del vortex</p>
<p>Conoscere, ricercare e applicare a se stessi comportamenti di promozione dello “stare bene” (sano stile di vita, prevenzione)</p> <p>Rispettare criteri base di sicurezza per sé e per gli altri</p>	<p><b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p> <p>Conoscere i cambiamenti morfologici dell’età</p> <p>Potenziamento fisiologico, con incremento delle proprie capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare)</p> <p>Saper utilizzare spazi, attrezzi e i propri movimenti in modo da salvaguardare la propria e l’altrui sicurezza</p> <p>Sani stili di vita: pratica abituale del movimento, corretta alimentazione, giusto riposo</p>	<p>Sa perseguire il miglioramento della propria efficienza fisica, dimostrata da test ripetuti nel tempo</p> <p>Conosce i benefici dello stretching</p> <p>Conosce regole di comportamento responsabile per la prevenzione di infortuni</p> <p>Conosce le regole di vita sana</p> <p>Conosce i danni derivanti da fumo e alcool</p>

--	--	--

## **TEORIA**

Sani stili di vita

Valori educativi dello sport

L'allenamento

Il riscaldamento

Lo stretching

Fumo e sport

Alcool e sport

Le Olimpiadi

## **PROGETTI CURRICOLARI**

Torneo di PALLAVOLO tra le classi terze

## **OBIETTIVI MINIMI**

-Saper eseguire gli schemi motori in forma semplice e riuniti in brevi sequenze

-Saper eseguire alcuni fondamentali di pallavolo,basket,rugby,pallamano,anche con opportune facilitazioni

- Saper eseguire semplici passi di danze tradizionali o movimenti su base musicale
- Partecipare ai giochi di movimento idonei,alle attività a coppie e a piccolo gruppo
- Conoscere le regole per una vita sana e i valori educativi dello sport

## **METODOLOGIA**

Partendo dalle abilità già presenti,si lavorerà per incrementarne la quantità e la qualità,inserendo via via elementi tecnici dei vari giochi di squadra e sport.

Molto tempo è dedicato al gioco di squadra,insistendo sulle componenti educative.

Molto usate le esercitazioni a piccolo gruppo, a stazioni,a circuito,a staffetta. Viene favorita la funzione di “tutor”,in cui alunni più abili in una determinata esecuzione aiutano gli altri a migliorare,lavorando insieme.

Viene incoraggiato lo stimolo al contributo di ciascuno nel gioco di squadra ,insegnando a condividere e accettare vittorie e sconfitte,e assumendo il ruolo di capitano della squadra.

## **VERIFICHE e CRITERI DI VALUTAZIONE**

Oltre all’osservazione sistematica dell’alunno in situazione,vengono effettuate prove oggettive con valutazione su griglia (relativa alla fascia d’età),test d’ingresso e di fine anno scolastico,che testimoniano gli avvenuti progressi,prove a circuito o su abilità specifiche (es.numero palleggi).

Viene positivamente valutata la correttezza in campo,l’applicazione e la disponibilità al “tutoring “verso i compagni più deboli.

Voto 6-7:COMPETENZE di base , con obiettivi operativi parzialmente raggiunti o non tutti raggiunti in maniera soddisfacente

Voto 8:COMPETENZE buone,adeguate alla fascia d'età e per tutti gli obiettivi di apprendimento

Voto 9-10:COMPETENZE ottime ,con obiettivi operativi pienamente raggiunti,con prove di ottimo livello ,con pieno rispetto di regolamenti e fair-play,ampia disponibilità al tutoring ; partecipazione a saggi

Bologna,15 novembre 2016

L'insegnante

Francesca Biferi