ISTITUTO COMPRENSIVO "ILARIA ALPI" – SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO "VOLPI" A.S. 2021/22			
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	**PROF./PROF.SSA ……**		**CLASSE 3^……**
Competenza chiave europea	COMPETENZA 8 **CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE: ESPRESSIONE CORPOREA**		
Competenze trasversali	5. Imparare ad imparare – 6. Competenze sociali e civiche – 7. Spirito di iniziativa e imprenditorialità – 8. Consapevolezza ed espressione culturale		
Fonti di legittimazione:	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006 Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012		
COMPETENZE SPECIFICHE	**ABILITA'**	**CONOSCENZE**	**ESPERIENZE DIDATTICHE DISCIPLINARI**
Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse	***Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo*** Saper 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. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole)	Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro utilizzo. Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico, dinamico e di volo e quelli relativi alle strutture temporali e ritmiche. Conoscere gli elementi relativi all'orientamento spazio-temporale dell'azione motoria anche nell'ambiente naturale. Conoscere cambiamenti morfologici del sé corporeo caratteristici dell'età.	(Esperienze didattiche disciplinari in palestra, di carattere extrascolastico, all'aperto – per il conseguimento degli obiettivi d'Istituto) **In palestra (metodi e strumenti):** Per quanto riguarda i contenuti, i metodi e i mezzi d'insegnamento, le competenze richieste e le tipologie di verifica saranno graduati in base alla fascia d'età, al livello di apprendimento motorio e alle dinamiche della classe. In particolare i contenuti riguarderanno: • Attività a corpo libero utilizzando i grandi e piccoli attrezzi disponibili in palestra. • Percorsi, circuiti. • Giochi tradizionali • Sport individuali (atletica leggera e ginnastica artistica di base) • Conoscenze teoriche relative alla tutela della salute e alla pratica sportiva. **Incontro con esperti:**
Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune	***Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva*** Conoscere e applicare semplici tecniche 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 espressive, di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.	Conoscere modalità di espressione corporea utilizzando una varietà di segni/segnali e identificare i contenuti emotivi. Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo. Conoscere gli schemi ritmici applicati al movimento.	
Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del	***Il gioco, lo sport, le regole e il fair play*** Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa.	Conoscere i gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra. Conoscere il concetto di strategie e di tattica.	

messaggio corporeo	Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. 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.	Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune. Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport anche con finalità di arbitraggio.	1. Corso di primo Soccorso e Salvamento – Società Nazionale di Salvamento di Campalto **Altre attività:** a. Giornata dello Sport presso il Campo di San Giuliano dedicata all'Atletica leggera. La metodologia didattica sarà necessariamente flessibile ed in stretta relazione agli obiettivi da conseguire. A seconda delle situazioni si utilizzeranno metodi direttivi e non direttivi. Procedimento metodologico: dal globale all'analitico, al sintetico, al globale graduato. Forme di insegnamento: dal collettivo all'individualizzato, dall'individuo al gruppo, alla rotazione dei gruppi.
Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita	***Salute e benessere, prevenzione e sicurezza*** Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del raggiungimento di un benessere psico-fisico. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi adottando comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, o di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).	Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza e alcuni elementi di primo soccorso. Conoscere i principi fondamentali della corretta alimentazione e dell'igiene personale e avere le prime informazioni sulle sostanze che inducono dipendenza (fumo, doping, droghe, alcool…..) e suoi loro effetti negativi. Conoscere le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere.	

Favaro Veneto, /11/2021

L'insegnante