

CLASSE PRIMA
DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZE CHIAVE:COMPETENZA DIGITALE - COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITA' DI IMPARARE A IMPARARE - COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA - COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE – COMPETENZA IMPRENDITORIALE				
NUCLEO TEMATICO: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON IL TEMPO E LO SPAZIO				
TRAGUARDI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI GUIDA	VALUTAZIONE	
L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.	Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.	Coordinare i movimenti del corpo in relazione all'uso di attrezzi	VOTO	DESCRITTORI
	Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.	Controllare il ritmo respiratorio durante e dopo l'esercizio	10	Possiede e dimostra di aver acquisito pienamente abilità motorie in situazioni note e non, ed è in grado di utilizzarle in relazione alle variabili spazio-temporali in modo avanzato e originale.
	Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.		9	Padroneggia in modo efficace le abilità motorie nelle diverse situazioni ed è in grado di utilizzarle in relazione alle variabili spazio-temporali in modo avanzato.
			8	Dimostra di aver acquisito buone abilità motorie e gestisce con sicurezza le variabili spazio-temporali per compiere il gesto tecnico proposto.

			7	Dimostra di aver acquisito sufficienti abilità motorie ed è in grado di muoversi in ambiente di gioco semplice in relazione alle variabili spazio-temporali.
			6	Dimostra di aver acquisito sufficienti abilità motorie ed è in grado di muoversi in ambiente di gioco semplice in relazione alle variabili spazio-temporali.
			5	Possiede abilità motorie in via di consolidamento ed è in grado di muoversi in ambiente di gioco semplice se guidato.
			4	Mostra abilità motorie ancora in fase di sviluppo e ha difficoltà a muoversi autonomamente in un ambiente di gioco. Necessita di un supporto continuo per svolgere le attività motorie.
Obiettivi essenziali nucleo tematico: Il movimento del corpo nello spazio e nel tempo Saper camminare, correre, saltare, lanciare ed afferrare sapendo applicare tali abilità in semplici atti motori.				
NUCLEO TEMATICO: IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA				
TRAGUARDI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI GUIDA	VALUTAZIONE	

Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.	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.	Coordinare i movimenti del corpo e le facoltà sensoriali per eseguire lanci, esercizi di destrezza e precisione, ecc	VOTO	DESCRITTORI Padroneggia molteplici linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi; decodifica in maniera ottimale i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport e interpreta in modo preciso i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.
	Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.	Coordinare diversi schemi motori di base (camminare palleggiando e lanciando, correre e lanciare un attrezzo, ecc.)	9	Applica in maniera corretta e sicura tecniche di espressione motoria, decodifica i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport e interpreta con sicurezza i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.
	Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.	Riconoscere ed utilizzare i diversi gradi di tensione e rilassamento per eseguire esercizi	8	Applica in maniera generalmente corretta tecniche di espressione motoria, decodifica in modo abbastanza sicuro i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport e conosce i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.

			7	Applica in maniera abbastanza corretta, ma non sicura diverse tecniche di espressione motoria, generalmente decodifica i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport e non sempre riconosce i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.
			6	Applica in maniera incerta diverse tecniche di espressione motoria, dimostrando di decodificare i gesti di compagni, avversari e arbitro in semplici situazioni di gioco e di sport.
			5	Applica in maniera saltuaria e frammentaria diverse tecniche di espressione motoria, dimostrando difficoltà nel decodificare i gesti di compagni, avversari e arbitro in semplici situazioni di gioco e di sport.
			4	Applica in modo discontinuo e poco preciso alcune tecniche di espressione motoria, mostrando difficoltà evidenti nel comprendere e rispondere ai gesti di compagni, avversari e arbitro, anche in situazioni di gioco semplici.
Obiettivi essenziali nucleo tematico:Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa-affettiva				

- Saper riconoscere le informazioni degli organi di senso utilizzandole in forma semplice

NUCLEO TEMATICO: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

TRAGUARDI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI GUIDA	VALUTAZIONE	
Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio 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.	Realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.	Partecipare al gioco e allo sport conoscendo le regole e rispettandole	VOTO 10	DESCRIPTORI Possiede conoscenze sicure e approfondite, padroneggia abilità tecniche, sceglie soluzioni tattiche in modo personale ed ha un comportamento sempre corretto, responsabile e collaborativo.
	Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.	Partecipare attivamente e responsabilmente al gioco per la finalità comune, per l'efficacia del gioco, per il coinvolgimento di tutti	9	Possiede conoscenze sicure, utilizza abilità tecniche e realizza strategie di gioco propositive, rispetta le regole e collabora mantenendo atteggiamenti corretti.
	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.	Partecipare ai giochi e sport a squadre accettando vittorie e sconfitte	8	Possiede e dimostra conoscenze abbastanza sicure, ma non sempre precise, utilizza abilità tecniche rispettando le regole e collabora mantenendo atteggiamenti corretti.

			7	Possiede conoscenze discrete, utilizza le abilità tecniche in situazioni di gioco note, collabora rispettando le regole principali.
			6	Dimostra di avere conoscenze parziali, il comportamento non sempre è corretto e responsabile nei confronti degli esercizi affrontati e degli stessi interlocutori
			5	Possiede conoscenze carenti, frammentarie e inadeguate, conosce superficialmente solo alcune regole di gioco e non gestisce in modo consapevole le situazioni competitive.
			4	Possiede conoscenze limitate e parziali delle regole di gioco, dimostrando difficoltà nell'applicarle in situazioni competitive e gestendo in modo poco consapevole le dinamiche del gioco.

Obiettivi essenziali nucleo tematico: Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Saper rispettare le regole di convivenza
- Conoscere le regole basiche degli sport trattati
- Partecipare ad ogni tipologia di gioco-sport rispettando le regole codificate e quelle stabilite dal gruppo

NUCLEO TEMATICO: SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

TRAGUARDI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI GUIDA	VALUTAZIONE	
Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.	Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. Saper adottare 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).	Rispettare le regole per prevenire ed evitare infortuni Seguire autonomamente le regole dell'igiene personale e corretti stili di vita	VOTO	DESCRITTORI
			10	Possiede e dimostra di avere conoscenze sicure ed approfondite, applica autonomamente comportamenti che tutelano la salute, la propria e l'altrui sicurezza ed è pienamente consapevole del benessere legato alla pratica motoria
			9	Possiede conoscenze sicure, applica comportamenti che tutelano la salute, la propria e l'altrui sicurezza ed è consapevole del benessere legato alla pratica motoria.
			8	E' abbastanza consapevole delle proprie conoscenze, solitamente rispetta le regole relative alla propria e altrui sicurezza. Conosce i benefici legati alla pratica dell'attività motoria.
			7	Possiede conoscenze discrete, se guidato, applica i comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute e della propria e altrui sicurezza. Conosce parzialmente i benefici legati all'attività motoria.

			6	Dimostra di possedere conoscenze parziali e non sempre applica comportamenti corretti e sicuri per sé e per i compagni. Conosce in modo essenziale i benefici legati all'attività motoria.
			5	Dimostra di possedere conoscenze carenti e frammentarie; spesso applica comportamenti non adeguati relativamente alla propria e altrui sicurezza. Fatica a riconoscere i benefici legati all'attività motoria.
			4	Mostra conoscenze limitate e parziali riguardo la sicurezza personale e altrui; talvolta adotta comportamenti inadeguati, pur mostrando un lieve miglioramento nella comprensione dei benefici legati all'attività motoria
Obiettivi essenziali nucleo tematico: Sicurezza e prevenzione, salute e benessere ● Applicare comportamenti di promozione dello star bene in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione ● Rispettare criteri base di sicurezza per sé e per gli altri				