



ISTITUTO COMPRENSIVO SASSOFERRATO

CURRICOLO DI SCIENZE MOTORIE *elaborato dai docenti di scuola secondaria* Coordinatore Prof. Vito Mandalà

Nuclei fondanti	Contenuti irrinunciabili della classe di riferimento	Obiettivi di apprendimento	Obiettivi minimi di apprendimento	Traguardi per lo sviluppo della competenza
Classe I				
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<ul style="list-style-type: none">• Gli schemi motori di base: rotolare, lanciare, arrampicarsi, correre, saltare, calciare...• Coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica con piccoli attrezzi• Il salto della funicella• Passaggio, presa, tiro, palleggio• L'equilibrio statico dinamico• Esercitazioni ai piccoli e grandi attrezzi• Percorsi e staffette• Minibasket, minivolley calcetto• Test motori	<ul style="list-style-type: none">• 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.	<ul style="list-style-type: none">• Salire e scendere da un grande attrezzo.• Rotolare in uno spazio stabilito.• Lanciare in una direzione data.• Correre per un tempo stabilito.• Saltare piccoli ostacoli.• Muoversi in relazione ad un oggetto/attrezzo fermo o in movimento.• Palleggiare con una mano da fermo o in movimento.• Muoversi con sicurezza in uno spazio conosciuto.	<ul style="list-style-type: none">• L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.• Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA	<ul style="list-style-type: none"> • Organizzazioni di gruppi • Gestioni di gruppi di lavoro e di squadre • Esercitazioni a coppie e in piccoli gruppi • La carta del fair play 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco • Saper decodificare i gesti dei compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esprimere semplici stati d'animo con il corpo. • Muoversi in relazione ad un compagno o un avversario in situazione di gioco. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizza gli aspetti comunicativo relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.
IL GIOCO LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<ul style="list-style-type: none"> • Organizzazioni di gruppi • Gestioni di gruppi di lavoro e di squadre • Esercitazioni a coppie e in piccoli gruppi • La carta del fair play 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare le capacità coordinative per attuare giochi creativi e in forma originale. • Partecipare in forma semplice alle strategie di gioco e alla loro realizzazione(tattica). • Conoscere ed applicare correttamente le regole di un gioco. • Saper gestire le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto dell'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rispettare e accettare i componenti del proprio gruppo. • Ideare un percorso personalizzato. • Accettare i tempi e i ritmi del compagno. • Accettare la sconfitta e saper vincere senza umiliare lo sconfitto. 	Partecipare agli sport attivamente rispettando i valori sportivi(fair play), come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.
SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE	<ul style="list-style-type: none"> • Cenni di anatomia legati all'attività motoria e al significato di sport • Saper utilizzare in maniera corretta gli spazi e le attrezzature sportive 	<ul style="list-style-type: none"> • Effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie 	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere la funzione di alcuni attrezzi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rispettare i criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

Collegamenti disciplinari: Scienze

Indicazioni metodologiche: considerando l'intensità e la gradualità delle proposte operative, il percorso d'apprendimento sarà articolato in una proposta iniziale globale, seguita da un momento sintetico-analitico, privilegiandone la comprensione e la ricerca da parte dell'alunno della corretta azione motoria. Le attività saranno svolte a gruppi, a coppie, individualmente adattando le varie proposte didattiche alle esigenze contingenti con l'obiettivo di raggiungere il massimo coinvolgimento dell'alunno

Classe II

Nuclei fondanti	Contenuti irrinunciabili della classe di riferimento	Obiettivi di apprendimento	Obiettivi minimi di apprendimento	Traguardi per lo sviluppo della competenza
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<ul style="list-style-type: none"> • Percorsi e circuiti • Combinazioni con variazioni di ritmo • Esercizi di equilibrio • Andature atletiche • Resistenza, potenziamento generale: forza, velocità, mobilità articolare • Fondamentali di pallavolo e basket, • Calciotto in ambiente naturale, minitennis • Stretching • Test motori 	<ul style="list-style-type: none"> • Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo manifestando un certo autocontrollo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sapersi orientare nello spazio • Muoversi in relazione ad un oggetto fermo. • Afferrare , lanciare e palleggiare una palla. • Palleggiare con due mani da fermo. • Riuscire a compiere gesti di bilateralità 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. • Riconosce e applica a se stesso comportamenti dello star bene in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA	<ul style="list-style-type: none"> • Il linguaggio dei gesti dei compagni e avversari in situazione di gioco • Il linguaggio dei gesti arbitrali applicati al regolamento di gioco 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea attraverso gli sport 	<ul style="list-style-type: none"> • Esprimere semplici stati d'animo con il corpo e i gesti. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esprimere il proprio vissuto e il proprio punto di vista utilizzando diversi linguaggi in situazioni comunicative molteplici e con modalità graduate.
IL GIOCO LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<ul style="list-style-type: none"> • Attività propedeutiche e/o specifiche di alcuni sport individuali e di squadra 	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare le capacità di coordinamento, adattandole alla situazione di gioco. • Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione. 	<ul style="list-style-type: none"> • Partecipare ad un gioco e/o attività in gruppo 	<ul style="list-style-type: none"> • Partecipare agli sport attivamente rispettando i valori sportivi(fair play), come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.

		<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico. • Saper gestire in modo consapevole l'attività con autocontrollo e rispetto degli altri. 		
SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE	<ul style="list-style-type: none"> • L'alimentazione • Importanza dell'attività fisica come tutela e prevenzione per benessere e salute 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età. 	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere la funzione di alcuni attrezzi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rispettare i criteri di sicurezza per sé e per gli altri.

Collegamenti disciplinari : Scienze

Indicazioni metodologiche. considerando l'intensità e la gradualità delle proposte operative,il percorso d'apprendimento sarà articolato in una proposta iniziale globale,seguita da un momento sintetico-analitico,privilegiandone la comprensione e la ricerca da parte dell'alunno della corretta azione motoria. Le attività saranno svolte a gruppi,a coppie,individualmente adattando le varie proposte didattiche alle esigenze contingenti con l'obiettivo di raggiungere il massimo coinvolgimento dell'alunno

Classe III				
Nuclei fondanti	Contenuti irrinunciabili della classe di riferimento	Obiettivi di apprendimento	Obiettivi minimi di apprendimento	Traguardi per lo sviluppo della competenza
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	<ul style="list-style-type: none"> • Esercizi propedeutici alla battuta, palleggio e bagher per la pallavolo • Esercizi propedeutici al 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper effettuare i fondamentali individuali di giochi di squadra: pallavolo,pallacanestro, 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper effettuare una battuta da breve distanza. • Saper palleggiare con un compagno. 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper utilizzare e trasferire le abilità e i gesti tecnici dei vari sport. • Saper utilizzare le

	<p>palleggio, passaggio, tiro, terzo tempo della pallacanestro</p> <ul style="list-style-type: none"> • Minitennis • Corsa di riscaldamento, esercizi di mobilità e potenziamento degli arti superiori e inferiori • Organizzazione di circuiti con varie difficoltà • Organizzazione dei giochi di squadra • Corsa di velocità e resistenza • Calciotto in ambiente naturale 	<p>minitennis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Approfondimento e perfezionamento delle abilità motorie acquisite. • Sapersi organizzare una seduta di allenamento: riscaldamento, circuiti, giochi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper effettuare un bagher con un compagno. • Saper palleggiare da fermo e in movimento. • Saper tirare a canestro da fermo e in movimento. • Saper passare e tirare in porta da breve distanza. • Saper disputare una partita di minitennis 	<p>esperienze motorie acquisite per risolvere situazioni nuove.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare le variabili spazio-temporali per la realizzazione di un gesto tecnico.
<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Il linguaggio dei gesti dei compagni e avversari in situazione di gioco • Il linguaggio dei gesti arbitrali applicati al regolamento di gioco 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper comunicare con espressioni mimiche e con il corpo situazioni e stati d'animo. • Saper effettuare azioni di gioco efficaci con i compagni. • Saper marcare e smarcarsi. • Conoscere le regole e saperle abbinare alla gestualità dell'arbitro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper esprimere semplici emozioni. 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper applicare semplici tecniche di espressione corporea mediante gestualità e posture. • Saper decodificare i gesti dei compagni e avversari in situazioni di gioco. • Saper decodificare i gesti arbitrali.
<p>IL GIOCO LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le regole dei singoli giochi di squadra. • Arbitraggio di partite • Esercitazioni di attacco e di difesa con e senza palla • Esercizi per marcare e 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico. • Saper gestire in modo consapevole l'attività con autocontrollo e rispetto degli altri. 	<ul style="list-style-type: none"> • Partecipare alle azioni di squadra in base alle proprie capacità. • Applicare alcune regole dei giochi praticati. 	<ul style="list-style-type: none"> • Partecipare agli sport attivamente rispettando i valori sportivi(fair play), come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.

	smarcarsi • Esercizi per la costruzione di azioni di gioco	• Partecipare propositivamente alle strategie di gioco (tattica). • Conoscere e applicare il codice deontologico (fair play).		
SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE	• L'allenamento • Il doping Importanza dell'attività fisica come tutela e prevenzione per benessere e salute	• Conoscere i cambiamenti fisiologici caratteristici dell'età. • Saper utilizzare gli attrezzi correttamente.	• Riconoscere la funzione di alcuni attrezzi.	• Rispettare i criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Riconoscere e applicare comportamenti dello "star bene".
Collegamenti disciplinari: Scienze				
Indicazioni metodologiche: . considerando l'intensità e la gradualità delle proposte operative,il percorso d'apprendimento sarà articolato in una proposta iniziale globale,seguita da un momento sintetico-analitico,privilegiandone la comprensione e la ricerca da parte dell'alunno della corretta azione motoria. Le attività saranno svolte a gruppi,a coppie,individualmente adattando le varie proposte didattiche alle esigenze contingenti con l'obiettivo di raggiungere il massimo coinvolgimento dell'alunno				