



## 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
<b>Classe I</b>				
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gli schemi motori di base: rotolare, lanciare, arrampicarsi, correre, saltare, calciare...</li><li>• Coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica con piccoli attrezzi</li><li>• Il salto della funicella</li><li>• Passaggio, presa, tiro, palleggio</li><li>• L'equilibrio statico dinamico</li><li>• Esercitazioni ai piccoli e grandi attrezzi</li><li>• Percorsi e staffette</li><li>• Minibasket, minivolley calcetto</li><li>• Test motori</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</li><li>• Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</li><li>• Utilizzare e correlare le variabili spazio - temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Salire e scendere da un grande attrezzo.</li><li>• Rotolare in uno spazio stabilito.</li><li>• Lanciare in una direzione data.</li><li>• Correre per un tempo stabilito.</li><li>• Saltare piccoli ostacoli.</li><li>• Muoversi in relazione ad un oggetto/attrezzo fermo o in movimento.</li><li>• Palleggiare con una mano da fermo o in movimento.</li><li>• Muoversi con sicurezza in uno spazio conosciuto.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</li><li>• Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</li></ul>

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

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

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

**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**

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

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

	smarcarsi <ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi per la costruzione di azioni di gioco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partecipare propositivamente alle strategie di gioco (tattica).</li> <li>• Conoscere e applicare il codice deontologico (fair play).</li> </ul>		
<b>SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'allenamento</li> <li>• Il doping</li> </ul> Importanza dell'attività fisica come tutela e prevenzione per benessere e salute	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere i cambiamenti fisiologici caratteristici dell'età.</li> <li>• Saper utilizzare gli attrezzi correttamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riconoscere la funzione di alcuni attrezzi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rispettare i criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</li> </ul> Riconoscere e applicare comportamenti dello "star bene".
<b>Collegamenti disciplinari: Scienze</b>				
<b>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</b>				