

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE

“SAN GIUSEPPE CALASANZIO”

Piazza Axum, 5 - Milano – 20151 Tel. 0288444602 Fax 0288452404

CODICE MECCANOGRAFICO: MIIC8C500A CODICE FISCALE: 80128410158

E-mail: milc8c500a@istruzione.it PEC: miic8c500a@pec.istruzione.it Sito: <http://www.istitutocalasanzio.it/>

**Dipartimento di SC. MOTORIE Secondaria di I grado**  
**Programmazione annuale di SC.MOTORIE Classe TERZA**

| COMPETENZE                                            | ABILITA'                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CONOSCENZE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | PERIODO                                       |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| -Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo | <p>-Acquisire una conoscenza più approfondita dei principi dell'allenamento fisico, imparando a pianificare e a seguire programmi di allenamento appropriati per il proprio livello di condizione fisica</p> <p>-Migliorare le abilità motorie specifiche, acquisendo competenze nei principali sport individuali e di squadra</p> <p>-Sviluppare le capacità di leadership e di gestione del gruppo,</p> | <p>-Utilizzare e correlare le variabili spazio temporali, funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva</p> <p>-Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>-Controllare efficacemente il proprio corpo, in situazioni statiche e dinamiche</p> <p>-Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o</p> | <p>1° Quadrimestre</p> <p>2° Quadrimestre</p> |

**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE**

**“SAN GIUSEPPE CALASANZIO”**

Piazza Axum, 5 - Milano – 20151 Tel. 0288444602 Fax 0288452404

CODICE MECCANOGRAPHICO: MIIC8C500A CODICE FISCALE: 80128410158

E-mail: milc8c500a@istruzione.it PEC: miic8c500a@pec.istruzione.it Sito: <http://www.istitutocalasanzio.it/>

|                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                 |                                               |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
|                                                                        | <p>imparando a coordinare e a guidare gli altri compagni in attività motorie e sportive.</p> <p>-Migliorare la capacità di analisi e di valutazione del movimento, imparando a identificare le cause degli errori motori e a proporre strategie di correzione.</p> | <p>inusuali</p>                                                                 |                                               |
| <p>-Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-relazionale</p> | <p>Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi e</p>                                                                                                                                                                          | <p>-Le tecniche di espressione corporea</p> <p>-L'espressione corporea e la</p> | <p>1° Quadrimestre</p> <p>2° Quadrimestre</p> |

**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE**

**“SAN GIUSEPPE CALASANZIO”**

Piazza Axum, 5 - Milano – 20151 Tel. 0288444602 Fax 0288452404

CODICE MECCANOGRAPHICO: MIIC8C500A CODICE FISCALE: 80128410158

E-mail: milc8c500a@istruzione.it PEC: miic8c500a@pec.istruzione.it Sito: <http://www.istitutocalasanzio.it/>

|                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                          |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
|                                                      | <b>comunicativi</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>comunicazione efficace</b><br><br><b>-Conoscere il linguaggio motorio e sportivo</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                          |
| <b>-Il gioco, lo sport e le regole del Fair Play</b> | <p><b>-Conoscere e applicare correttamente il regolamento degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro e di giudice</b></p> <p><b>-Realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra</b></p> <p><b>-Gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con</b></p> | <p><b>-Conoscere e applicare i gesti tecnici fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra</b></p> <p><b>-Conoscere il concetto di strategia e di tattica negli sport individuali e di squadra</b></p> <p><b>-Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune</b></p> | <p><b>1° Quadrimestre</b><br/><b>2° Quadrimestre</b></p> |

**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE**

**“SAN GIUSEPPE CALASANZIO”**

Piazza Axum, 5 - Milano – 20151 Tel. 0288444602 Fax 0288452404

CODICE MECCANOGRAFICO: MIIC8C500A CODICE FISCALE: 80128410158

E-mail: milc8c500a@istruzione.it PEC: miic8c500a@pec.istruzione.it Sito: <http://www.istitutocalasanzio.it/>

|                                                      |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                          |                                            |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|                                                      | <p>autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta</p> <p>-Applicare modalità operative che valorizzano la diversità di ciascuno nelle attività sportive e favorire le stesse nei compagni</p> | <p>-Conoscere e applicare i regolamenti del gioco e degli sport anche con finalità di arbitraggio.</p>                                   |                                            |
| <p>-Salute e benessere, prevenzione e sicurezza.</p> | <p>-Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici</p> <p>-Disporre,</p>                                                                                                       | <p>-Conoscere le norme per la prevenzione degli infortuni.</p> <p>-Conoscere i principi fondamentali della corretta alimentazione de</p> | <p>1° Quadrimestre<br/>2° Quadrimestre</p> |

**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE**

**“SAN GIUSEPPE CALASANZIO”**

Piazza Axum, 5 - Milano – 20151 Tel. 0288444602 Fax 0288452404

CODICE MECCANOGRAFICO: MIIC8C500A CODICE FISCALE: 80128410158

E-mail: milc8c500a@istruzione.it PEC: miic8c500a@pec.istruzione.it Sito: <http://www.istitutocalasanzio.it/>

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p><b>utilizzare e<br/>riporre<br/>correttamente gli<br/>attrezzi<br/>salvaguardando<br/>la propria e<br/>l'altrui sicurezza</b></p> <p><b>-Adottare<br/>comportamenti<br/>appropriati per la<br/>sicurezza propria<br/>e dei compagni<br/>anche rispetto a<br/>possibili<br/>situazioni di<br/>pericolo</b></p> | <p><b>dell'igiene<br/>personale e avere<br/>informazioni sulle<br/>sostanze che<br/>inducono<br/>dipendenza<br/>(fumo, droghe,<br/>alcool, doping).</b></p> <p><b>-Conoscere le<br/>modalità<br/>mediante le quali<br/>l'attività fisica<br/>contribuisce al<br/>mantenimento<br/>della salute e del<br/>benessere.</b></p> <p><b>-Conoscere<br/>l'importanza<br/>dell'alimentazione<br/>nelle varie<br/>performance<br/>sportive.</b></p> |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE**

**“SAN GIUSEPPE CALASANZIO”**

Piazza Axum, 5 - Milano – 20151 Tel. 0288444602 Fax 0288452404

CODICE MECCANOGRAPHICO: MIIC8C500A CODICE FISCALE: 80128410158

E-mail: milc8c500a@istruzione.it PEC: miic8c500a@pec.istruzione.it Sito: <http://www.istitutocalasanzio.it/>

| <b>OBIETTIVI MINIMI</b>                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Il corpo e la sua relazione nello spazio e il tempo</b>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• eseguire e combinare i principali schemi motori;</li> <li>• orientarsi e muoversi correttamente nello spazio;</li> <li>• eseguire semplici sequenze motorie rispettando ritmo e successione;</li> <li>• coordinare i movimenti in situazioni semplici;</li> <li>• mantenere l'equilibrio;</li> <li>• adattare il movimento a semplici variazioni di spazio, tempo e ritmo;</li> <li>• utilizzare le abilità motorie di base nei giochi e nelle attività sportive.</li> </ul> |
| <b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-relazionale</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• utilizzare consapevolmente il corpo per comunicare</li> <li>• riconoscere e interpretare gesti, posture ed espressioni</li> <li>• comunicare emozioni e stati d'animo attraverso il corpo</li> <li>• utilizzare il movimento per rappresentare e comunicare situazioni</li> <li>• adattare il comportamento corporeo alle diverse situazioni relazionali</li> <li>• collaborare e comunicare attraverso il corpo nelle attività di gruppo</li> </ul>                         |
| <b>Il gioco, lo sport e le regole del Fair Play</b>                   | <p>Applicare autonomamente le regole fondamentali dei giochi e degli sport; collaborare e assumere diversi ruoli; adottare comportamenti ispirati al fair play, rispettando compagni, avversari e arbitri e gestendo correttamente vittoria e sconfitta.</p>                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza.</b>                   | <p>Adottare comportamenti responsabili finalizzati alla sicurezza e alla prevenzione degli infortuni; gestire adeguatamente lo sforzo e il recupero; comprendere il valore dell'attività motoria e di uno stile di vita attivo per il benessere psicofisico.</p>                                                                                                                                                                                                                                                      |

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE

“SAN GIUSEPPE CALASANZIO“

Piazza Axum, 5 - Milano – 20151 Tel. 0288444602 Fax 0288452404

CODICE MECCANOGRAFICO: MIIC8C500A CODICE FISCALE: 80128410158

E-mail: milc8c500a@istruzione.it PEC: miic8c500a@pec.istruzione.it Sito: <http://www.istitutocalasanzio.it/>

## GRIGLIA DI VALUTAZIONE

### INDICATORI VALIDI PER TUTTI I LIVELLI DI COMPETENZA

1. Consapevolezza e padronanza del corpo
2. Organizzazione spazio-temporale del movimento
3. Espressività e comunicazione corporea
4. Competenze nel gioco e nello sport
5. Rispetto delle regole e fair play
6. Salute, prevenzione e sicurezza
7. Partecipazione, impegno e autonomia

| LIVELLO<br>COMPETENZA               | DESCRIZIONE                                                             | VOTO<br>NUMERICO |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>AVANZATO</b>                     | Competenza pienamente acquisita e utilizzata con autonomia e sicurezza. | <b>10</b>        |
|                                     | Competenza acquisita in modo sicuro e consapevole                       | <b>9</b>         |
| <b>INTERMEDIO</b>                   | Competenza acquisita e applicata con buona autonomia.                   | <b>8</b>         |
|                                     | Competenza sostanzialmente acquisita nelle situazioni note              | <b>7</b>         |
| <b>BASE</b>                         | Competenza essenziale acquisita.                                        | <b>6</b>         |
| <b>IN VIA DI PRIMA ACQUISIZIONE</b> | Competenza parzialmente acquisita, con necessità di guida               | <b>5</b>         |
| <b>NON RAGGIUNTO</b>                | Competenza non ancora acquisita, anche con supporto                     | <b>4-0</b>       |

**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE**

**“SAN GIUSEPPE CALASANZIO”**

**Piazza Axum, 5 - Milano -- 20151 Tel. 0288444602 Fax 0288452404**

**CODICE MECCANOGRAFICO: MIIC8C500A CODICE FISCALE: 80128410158**

**E-mail: milc8c500a@istruzione.it PEC: miic8c500a@pec.istruzione.it Sito: <http://www.istitutocalasanzio.it/>**