

Prima parte	Discipline	Traguardi*	Obiettivi di apprendimento*	<p align="center"><b>Mappe delle Attività e dei contenuti</b> (indicazioni nodali)</p>	<p align="center">Titolo dell'U.A. U. A. <b>Adattamenti tecnici e morfofunzionali Ed.Fisica 3D</b></p>
<p align="center"><b>Obiettivi di apprendimento previsti</b></p>		A	2		
		C	5		
		D	8		
	Ed. Fisica	E	12		
			13		
			14		
			15		
			16		
<p align="center"><b>Personalizzazioni (eventuali)</b></p>	Discipline	Traguardi*	Obiettivi di apprendimento*	<p align="center"><b>Esplicitati analiticamente in rapporto al singolo e/o al gruppo</b></p>	
				<p>Per gli alunni con PEI fa fede quanto concordato e definito nei rispettivi Piani educativo Individualizzati ed in accordo con l'insegnante di sostegno. Per gli alunni con PDP fa fede quanto definito nei rispettivi Piani Didattici Personalizzati .</p>	
	<p align="center"><b>COMPITO UNITARIO**</b></p>			<p>Acquisire una maggiore consapevolezza di sé, dei propri limiti e delle proprie possibilità.</p>	
<p align="center"><b>Metodologia</b></p>	<p>L'attività didattica procederà attraverso l'opportuno ed equilibrato uso dei seguenti metodi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Learning by doing</li> <li>• Lezione dialogata</li> <li>• Cooperative learning</li> <li>• Osservazione diretta e sistematica</li> </ul>				

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metodo induttivo</li> </ul> <p>Percorsi autonomi di approfondimento</p> <p>Alla luce delle restrizioni per il contenimento del Covid-19, per tutta la durata del quadrimestre sono state avviate ,quando necessario, attività didattiche a distanza (DAD e/o DDI), pertanto la presente è stata modulata negli obiettivi, mezzi, strumenti e metodologie.</p>
<b>Verifiche</b>	<p>L'indagine valutativa sarà pertanto indirizzata sulle capacità acquisite . sull'aspetto educativo, sull'aspetto coordinativo e condizionale e sull'aspetto conoscitivo della materia attraverso :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verifiche scritte (produzione sul quaderno di educazione fisica)</li> <li>• Verifiche su attività pratiche e test motori</li> <li>• Produzioni scritte da inviare nella google classroom per gli alunni in DAD</li> </ul> <p>L'osservazione sistematica rappresenterà il principale strumento di verifica del processo di apprendimento nonché della partecipazione e dell'impegno nelle attività proposte . La valutazione in itinere si soffermerà sui progressi individuali di ciascun allievo in rapporto ai livelli personali di partenza, all'impegno profuso, al contributo offerto alla vita di classe, al grado di maturità globale.</p>
<b>Risorse da utilizzare</b>	<p>Saranno tutte quelle in dotazione alla scuola codificata e non :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Libro di testo in adozione</li> <li>• Mappe concettuali</li> <li>• Palestre ed attrezzature sportive in dotazione della scuola</li> <li>• Video specifici della disciplina</li> </ul>
<b>Tempi</b>	Da Settembre a Gennaio e trasversale per tutto l'anno
<b>Obiettivi di apprendimento contestualizzati</b>	<p><b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo:</b>  <b>2</b> Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p><b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva:</b>  <b>5</b> Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale.  <b>8</b> Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste in forma originale e creativa</p> <p><b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza:</b>  <b>12</b> Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.  <b>13</b> Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di</p>

	<p>applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p><b>14</b> Saper disporre ed utilizzare gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p><b>15</b> Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p><b>16</b> Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p><b>Traguardi di competenza:</b></p> <p><b>A</b> L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti</p> <p><b>C</b> Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori del fair play come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole</p> <p><b>D</b> Riconosce, ricerca ed applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione</p> <p><b>E</b> Rispetta criteri base di sicurezza per se' e per gli altri</p>
<p><b>Competenze-chiave europee di riferimento</b></p>	<p>1 Comunicazione nella madrelingua</p> <p>2 Comunicazione nelle lingue straniere</p> <p>3 Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia</p> <p>4 Competenza digitale</p> <p>X 5 Imparare a imparare</p> <p>X 6 Competenze sociali e civiche</p> <p>X 7 Spirito di iniziativa e imprenditorialità</p> <p>8 Consapevolezza ed espressione culturale</p>
<p><b>Note</b></p>	<p>* Con riferimento all'elenco dei Traguardi per lo sviluppo delle competenze e degli OO. AA. (come da Indicazioni Nazionali e PTOF) e a quello degli <b>OO. AA. contestualizzati</b>. / ** Con riferimento alle competenze-chiave europee.</p>
<p>Seconda parte</p>	<p><b>Titolo dell'U. A. : adattamenti tecnici e morfofunzionali</b></p>
	<p><b>N. 1</b></p>

<p><b>Diario di bordo</b></p> <p>- interventi specifici attuati</p> <p>- strategie metodologiche adottate</p> <p>- difficoltà incontrate</p> <p>- eventi sopravvenuti</p> <p>- verifiche operate</p> <p>- ecc.</p>	<p>Attività oggetto di osservazione e verifica :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• attività a corpo libero,</li> <li>• attività con piccoli attrezzi ( funicella)</li> <li>• percorsi di coordinazione e velocità</li> <li>• lavoro a corpo libero, individuali di tonificazione muscolare</li> <li>• approfondimenti sulla prevenzione dei rischi e attuazione della sicurezza <ul style="list-style-type: none"> <li>• approfondimenti sui principi metodologici generali di allenamento e degli effetti del movimento sul corpo</li> <li>• approfondimenti sul sistema cardiocircolatorio e respiratorio</li> </ul> </li> <li>• andature sul posto, di passo e in corsa</li> <li>• test motori</li> </ul> <p>Per Educazione Civica in riferimento all'Unità di Apprendimento Interdisciplinare, l'argomento di riflessione ed approfondimento ha riguardato l'importanza della cultura sportiva come strumento di promozione umana e sociale riconosciuta dalla Costituzione .</p> <p>Gli alunni sono stati oggetto di una vigile attenzione da parte della docente. Posti di fronte a situazioni che hanno presentato , a volte , alcune difficoltà di ordine comportamentale si è delineata, complessivamente una collaborazione che si è delineata , strada facendo , in un percorso formativo articolato e , via via, più positivo. L'analisi della situazione di partenza , ha dato la possibilità di mettere in evidenza i prerequisiti di ogni studente e cioè le caratteristiche, i comportamenti, le capacità e le abilità di ognuno. Si è cercato di migliorare la percezione del proprio sé e di promuovere e potenziare le capacità e le conoscenze individuali ritenute importanti ai fini di uno sviluppo armonico della persona ; di promuovere la salute come stato di benessere e di sviluppare le capacità di dialogo e di relazione. Le diverse attività proposte , nella ricerca del coinvolgimento motivazionale all'apprendimento, hanno evidenziato una partecipazione assidua e positiva da parte degli alunni con risultati nel complesso apprezzabili anche negli aspetti relativi alla relazione tra pari. Gli obiettivi fissati si sono dimostrati aderenti alla situazione della classe e sono stati verificati attraverso le osservazioni sistematiche operate durante tutte le attività didattiche svolte. La valutazione è, pertanto, scaturita dalle osservazioni dirette e sistematiche durante le varie esercitazioni e le prove pratiche. Si è tenuto conto dell'impegno, della partecipazione attiva e dell'interesse evidenziati, dei progressi raggiunti in base alle capacità potenziali e ai livelli di partenza. I risultati generali della classe sono da considerarsi nel complesso soddisfacenti. Gli obiettivi fissati si sono dimostrati aderenti alla situazione della classe. Sul piano comportamentale si è puntato quindi sul migliorare il senso di impegno, partecipazione, collaborazione, sul confronto e sul rispetto delle regole condivise e sul rispetto reciproco.</p>
<p><b>Note</b></p>	<p><b>Prof.ssa Conti Girolama – Classe 3D - Plesso “G.Verga”</b></p>

**ISTITUTO COMPRENSIVO JAPIGIA 1- VERGA**  
**RUBRICA VALUTATIVA DI EDUCAZIONE FISICA**

NUCLEI TEMATICI	CRITERI	INDICATOR I	Livelli di competenza(voto)			
			INIZIALE (5)	BASE( 6 )	INTERMEDIO(7/8)	AVANZATO(9/10)
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZION E CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	<b>-eseguire movimenti con carichi.  -sostenere sforzi prolungati .  -compiere azioni motorie nel minor tempo possibile.  -effettuare movimenti con la massima ampiezza</b>	<b>-esegue movimenti in condizioni dinamiche isotoniche e isometriche. -mantiene uno sforzo aerobico nel tempo ed esegue sforzi localizzati per più ripetizioni. -esegue gesti motori con rapidità e reagisce rapidamente ad uno stimolo. -esegue movimenti ampi e armonici nei vari distretti articolari.</b>	<b>Esegue esercizi minimi e mantiene lo sforzo per tempi ridotti.E' lento nei moviment i .Esegue i gesti con limitata ampiezza articolare .</b>	<b>Esegue esercizi con carichi naturali e mantiene sforzi prolungati con alcune difficoltà.S i muove in modo abbastanz a veloce ed esegue movimenti con parziale ampiezza articolare.</b>	<b>Esegue esercizi con carichi e prolunga gli sforzi aerobici.Esegu e movimenti in modo veloce. Compie gesti con buona ampiezza articolare.</b>	<b>Esegue esercizi con carichi pesanti e prolunga sforzi per tempi notevoli. Compie gesti di massima ampiezza articolare .</b>

**ISTITUTO COMPRENSIVO JAPIGIA 1- VERGA  
RUBRICA VALUTATIVA DI EDUCAZIONE FISICA**

NUCLEI TEMATICI	CRITERI	INDICATO RI	Livelli di competenza (voto)			
			INIZIALE (5)	BASE(6)	INTERMEDIO(7/8)	AVANZATO(9/10)
<p align="center"><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATI VA ED ESPRESSIVA</b></p>	<p>-conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea.</p> <p>- rappresenta re stati d'animo,ide e e mediante gestualità e posture.</p>	<p>-conosce e applica semplici tecniche di espressione corporea.</p> <p>-rappresenta idee, stati d'animo mediante gesti e posture</p>	<p>Utilizza in modo impacciato o il linguaggio del corpo per comunicare semplici idee .</p>	<p>Sa utilizzare in modo impacciato o il linguaggio del corpo per comunicare con gesti, posture e movimenti sia idee, stati d'animo.</p>	<p>Sa comunicare e con gesti,posture e movimenti sia idee, stati d'animo .</p>	<p>Esprime e comunica efficacemente con gesti, posture e movimenti sia idee, stati d'animo.</p>