

EDUCAZIONE FISICA			
TRAGUARDO DI COMPETENZA	1 L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.		
Obiettivi generali alla fine della classe terza	Obiettivi specifici in forma operativa		
	CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III
Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.	<p>Scegliere elementi tecnici analitici e capacità condizionali funzionali ad una disciplina sportiva;</p> <p>Eseguire una combinazione motoria descritta e funzionale all'apprendimento del gesto tecnico;</p> <p>Trovare errori nella combinazione degli elementi analitici.</p>	<p>Individuare elementi tecnici e capacità condizionali globali funzionali al gesto tecnico nella sua completezza;</p> <p>Organizza la sequenza di movimenti in funzione del gesto tecnico;</p> <p>Argomentare la scelta degli elementi che compongono la sequenza.</p>	<p>Riconoscere elementi tecnici e condizionali al fine di eseguire una prestazione adeguata alle proprie capacità;</p> <p>Progettare una combinazione motoria funzionale alla prestazione;</p> <p>Giudicare l'efficacia della propria progettazione e dell'esecuzione del movimento.</p>
Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).	<p>Individuare elementi richiesti in ambienti conosciuti con l'ausilio di strumenti utili all'orientamento.</p> <p>Eseguire indicazioni date per raggiungere gli elementi richiesti.</p> <p>Argomentare le scelte in funzione dei risultati prodotti.</p>	<p>Localizzare elementi richiesti in ambienti conosciuti e non con l'ausilio di strumenti utili all'orientamento.</p> <p>Ipotizzare e organizzare il percorso migliore per raggiungere gli elementi richiesti.</p> <p>Motivare le proprie scelte nell'organizzazione del percorso.</p>	<p>Riconoscere elementi richiesti in ambienti non conosciuti con l'ausilio di strumenti utili all'orientamento.</p> <p>Ideare il percorso migliore per raggiungere gli elementi richiesti.</p> <p>Trovare errori nell'esecuzione del percorso ed esplicitare i punti in cui non viene rispettata la coerenza ai criteri dati</p>

EDUCAZIONE FISICA			
TRAGUARDO DI COMPETENZA	2 Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione		
Obiettivi generali alla fine della classe terza	Obiettivi specifici in forma operativa		
	CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III
Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.	<p>Riconoscere esperienze inusuali.</p> <p>Classificare esperienze motorie vissute.</p> <p>Chiarificare le situazioni inusuali</p>	<p>Individuare elementi chiave utili alla scelta della prestazione motoria.</p> <p>Ipotizzare strategie motorie finalizzate ad affrontare situazioni inusuali.</p> <p>Argomentare la scelta di gesti motori per la risoluzione di situazioni inusuali</p>	<p>I: Selezionare gli elementi senso percettivi che conducono ad una scelta moria efficace in situazioni inusuali.</p> <p>Z: pianificare un'azione motoria efficace</p> <p>Giustificare le proprie soluzioni o strategie</p>
Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.	<p>Riconoscere nell'esecuzione dei gesti tecnici l'organizzazione spazio-temporale.</p> <p>Classificare nelle diverse proposte motorie tali variabili.</p> <p>Chiarificare l'efficacia del buon utilizzo dello spazio e del tempo.</p>	<p>Individuare le variabili spazio-temporali.</p> <p>Ipotizzare il loro utilizzo in un gesto sportivo.</p> <p>Argomentare la scelta di tali variabili in funzione della finalizzazione del gesto tecnico</p>	<p>Cogliere le informazioni utili spazio-temporali all'esecuzione del gesto motorio.</p> <p>Pianificare sequenze di azioni motorie in risposta alle informazioni raccolte.</p> <p>Trovare errori tra la percezione e la realizzazione del gesto motorio</p>

EDUCAZIONE FISICA			
TRAGUARDO DI COMPETENZA	3 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.		
Obiettivi generali alla fine della classe terza	Obiettivi specifici in forma operativa		
	CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III
Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.	<p>Identificare le principali nozioni del regolamento tecnico degli sport praticati</p> <p>Classificare i gesti arbitrali in funzione del regolamento</p> <p>Chiarificare le proprie scelte nel ruolo di arbitro o giudice</p>	<p>Identificare le principali nozioni del regolamento tecnico degli sport praticati</p> <p>Classificare i gesti arbitrali in funzione del regolamento</p> <p>Criticare in forma costruttiva il riconoscimento dei gesti arbitrali eseguiti</p>	<p>Identificare le principali nozioni del regolamento tecnico degli sport praticati</p> <p>Classificare i gesti arbitrali in funzione del regolamento</p> <p>Argomentare le scelte eseguite</p>
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.	<p>Riconoscere gli elementi che determinano il risultato (vittoria o sconfitta)</p> <p>Classificare una serie di parametri e atteggiamenti che determinano il rispetto per l'altro</p> <p>Chiarificare le proprie reazioni alla vittoria e alla sconfitta</p>	<p>Individuare: parametri che regolano le situazioni competitive</p> <p>Ipotizzare: reazioni positive e/o negativa durante la competizione</p> <p>Motivare: le proprie reazioni durante la competizione</p>	<p>Cogliere i comportamenti adeguati in caso di sconfitta/vittoria</p> <p>Analizzare: la situazione e la gestione emotiva durante la competizione</p> <p>Motivare: la propria risposta emotiva in competizione con sé e con gli altri</p>
Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.	<p>Cogliere elementi distintivi del gesto tecnico</p> <p>Confrontare gli elementi colti con la propria esperienza pregressa</p>	<p>Identificare il gesto tecnico</p> <p>Organizzare una risposta motoria adeguata</p> <p>Trovare errori tra il movimento</p>	<p>Riconoscere il gesto tecnico</p> <p>Pianificare i movimenti che compongono il gesto tecnico</p> <p>Argomentare la scelta dei movimenti</p>

	Motivare la scelta della propria risposta motoria	organizzato e la risposta effettivamente eseguita	eseguiti (anche in funzione del risultato)
Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.	Identificare elementi del regolamento Eseguire i gesti arbitrali corretti Trovare errori nella gestione del ruolo di arbitro	Identificare elementi del regolamento Eseguire i gesti arbitrali corretti Motivare le scelte eseguite nel ruolo di arbitro	Identificare elementi del regolamento Eseguire i gesti arbitrali corretti Argomentare le decisioni prese nel ruolo di arbitro

EDUCAZIONE FISICA			
TRAGUARDO DI COMPETENZA	4 Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.		
Obiettivi generali alla fine della classe terza	Obiettivi specifici in forma operativa		
	CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III
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.	Riconoscere in sé stessi i cambiamenti derivati dalla crescita. Classificare le esercitazioni idonee alla propria situazione fisiologica per realizzare degli obiettivi. Chiarificare il percorso di lavoro funzionale al miglioramento delle prestazioni.	Individuare i cambiamenti personali e altrui che determinano l'esito delle diverse prestazioni. Ipotizzare un percorso coerente con la propria fisicità funzionale alla prestazione. Argomentare le scelte effettuate per il raggiungimento degli obiettivi.	Cogliere le diversità delle risposte motorie legate alla fase di crescita Selezionare un piano di lavoro adeguato alla propria struttura fisica che porti all'efficacia del miglioramento. Pianificare una struttura di lavoro che si riveli utile al miglioramento delle prestazioni.
Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo	Riconoscere la natura dello sforzo richiesto e le relative tecniche di recupero.	Individuare in funzione delle proprie capacità l'adeguata distribuzione	Cogliere la giusta modalità per affrontare uno specifico sforzo e le relative tecniche di recupero.

<p>respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p>	<p>Classificare l'intensità dello sforzo richiesto e la gestione degli esercizi di respirazione funzionali al recupero.</p> <p>Chiarificare le scelte effettuate in base allo sforzo effettuato e gli esercizi di recupero più efficaci.</p>	<p>dello sforzo e relativi esercizi di recupero.</p> <p>Ipotizzare la giusta strategia personale per gestire efficacemente lo sforzo per raggiungere il miglior risultato.</p> <p>Argomentare le scelte eseguite in base all'esito della prova e dell'efficacia delle tecniche di rilassamento e recupero</p>	<p>Selezionare le strategie personali in funzione della propria risposta organica contingente.</p> <p>Pianificare una serie di azioni, anche in funzione di risposte ambientali, che siano funzionali al raggiungimento dell'obiettivo e al recupero organico.</p>
<p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p>	<p>Riconoscere varie attività fisiche e motorie.</p> <p>Classificare le varie attività fisiche e motorie.</p> <p>Chiarificare le caratteristiche delle varie attività fisiche e motorie.</p>	<p>Individuare le diverse attività fisiche fruibili nel territorio.</p> <p>Ipotizzare la partecipazione alle diverse attività fisiche.</p> <p>Argomentare i benefici delle diverse attività fisiche sperimentate</p>	<p>Cogliere i benefici fisici dati dalle varie attività.</p> <p>Selezionare in funzione dei benefici quelle più adatte alla propria persona.</p> <p>Pianificare la partecipazione sistematica alle diverse attività fisiche.</p>
<p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p>	<p>Individuare le sostanze illecite.</p> <p>Analizzare gli effetti nocivi di tali sostanze.</p> <p>Motivare la scelta di non utilizzare tali sostanze.</p>	<p>Selezionare sane e corrette abitudini di vita.</p> <p>Realizzare prodotti per sensibilizzare le persone ad assumere un corretto stile di vita.</p> <p>Argomentare le scelte fatte riguardo i corretti stili di vita.</p>	<p>Scegliere sane e corrette abitudini di vita.</p> <p>Spiegare come avere uno stile di vita sano.</p> <p>Criticare le scelte scorrette in relazione allo stile di vita</p>

EDUCAZIONE FISICA			
TRAGUARDO DI COMPETENZA	5 Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.		
Obiettivi generali alla fine della classe terza	Obiettivi specifici in forma operativa		
	CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III
Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.	<p>Individuare i piccoli e grandi attrezzi, il loro utilizzo in modo sicuro</p> <p>Utilizzare una procedura per riporre correttamente i materiali salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza</p> <p>Trovare errori nella disposizione degli attrezzi che risultano pericolosi per lo svolgimento dell'attività</p>	<p>Riconoscere la pericolosità dei piccoli e grandi attrezzi</p> <p>Ipotizzare soluzioni e strategie per l'utilizzo sicuro degli attrezzi</p> <p>Trovare errori nell'utilizzo degli attrezzi</p>	<p>Selezionare piccoli e grandi attrezzi in funzione dell'attività predisposta</p> <p>Pianificare soluzioni e strategie per lavorare in sicurezza</p> <p>Criticare costruttivamente la disposizione degli attrezzi</p>
Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.	<p>Cogliere comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni</p> <p>Analizzare i propri comportamenti e quelli dei compagni in funzione della sicurezza</p> <p>Trovare errori nel comportamento in funzione della sicurezza</p>	<p>Riconoscere elementi e comportamenti utili per mantenere la sicurezza propria e dei compagni</p> <p>Ipotizzare comportamenti idonei al mantenimento della sicurezza durante l'attività</p> <p>Chiarificare le scelte fatte per mantenere la sicurezza durante l'attività.</p>	<p>Riconoscere eventuali situazioni di pericolo</p> <p>Pianificare risposte funzionali alle ipotetiche situazioni di pericolo</p> <p>Argomentare la scelta e la gestione del proprio comportamento in situazioni di pericolo</p>

EDUCAZIONE FISICA			
TRAGUARDO DI COMPETENZA	6 È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.		
Obiettivi generali alla fine della classe terza	Obiettivi specifici in forma operativa		
	CLASSE I	CLASSE II	CLASSE III
Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra	<p>Riconoscere strategie di gioco che possano favorire la collaborazione</p> <p>Classificare comportamenti e strategie che favoriscono la collaborazione</p> <p>Chiarificare i comportamenti collaborativi all'interno della squadra.</p>	<p>Individuare elementi e strategie di gioco che favoriscano la collaborazione</p> <p>Ipotizzare strategie di gioco che favoriscano la collaborazione</p> <p>Trovare errori nella scelta delle strategie scelte.</p>	<p>Scegliere elementi e strategie di gioco atte a favorire la collaborazione nel gioco di squadra</p> <p>Pianificare strategie di gioco che favoriscano la collaborazione nella squadra</p> <p>Motivare la scelta di determinate strategie applicate durante il gioco di squadra</p>
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.	<p>Riconoscere idee, stati d'animo e storie della propria esperienza, tramite il movimento.</p> <p>Formulare risposte motorie adeguate alla situazione riconosciuta.</p> <p>Giustificare la propria gestualità, postura ed espressione corporea in funzione del proprio vissuto.</p>	<p>Individuare idee, stati d'animo e storie dalla propria esperienza, tramite il movimento.</p> <p>Ipotizzare la motivazione di determinate idee, stati d'animo e storie vissute.</p> <p>Trovare errori rispetto alle ipotesi formulate.</p>	<p>Identificare idee, stati d'animo e storie della propria e altrui esperienza tramite il movimento</p> <p>Confrontare idee, stati d'animo e storie tramite il movimento</p> <p>Argomentare le proprie idee, stati d'animo e storie espresse tramite il movimento.</p>
Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.	<p>Cogliere elementi distintivi del gesto tecnico</p> <p>Confrontare gli elementi colti con la</p>	<p>Identificare il gesto tecnico</p> <p>Organizzare una risposta motoria adeguata</p>	<p>Riconoscere il gesto tecnico</p> <p>Pianificare i movimenti che compongono il gesto tecnico</p>

	<p>propria esperienza pregressa</p> <p>Motivare la scelta della propria risposta motoria</p>	<p>Trovare errori tra il movimento organizzato e la risposta effettivamente eseguita</p>	<p>Argomentare la scelta dei movimenti eseguiti (anche in funzione del risultato)</p>
<p>Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>Riconoscere i gesti arbitrali del gioco.</p> <p>Classificare i diversi gesti legati ai vari sport di squadra.</p> <p>Argomentare la scelta dei gesti arbitrali legati allo specifico sport.</p>	<p>Cogliere il significato del gesto arbitrale.</p> <p>Rappresentare graficamente i gesti arbitrali dei vari sport</p> <p>Argomentare la scelta sport-gesto.</p>	<p>Riconoscere gli elementi arbitrali applicati al gioco.</p> <p>Eseguire il gesto arbitrale corretto.</p> <p>Argomentare la scelta fatta.</p>