

DOCENTE: De Mattia Valerio – Salmistraro Valeria – Morazzini Maria Ida

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE				
Conoscenze	Competenze e Capacità	Attività didattica	Strumenti	Tipologia verifiche
POTENZIAMENTO CAPACITA' CONDIZIONALI				
CAPACITA' CONDIZIONALI E LE METODICHE DI ALLENAMENTO	METODICHE PER INCREMENTARE LE CAPACITA' CONDIZIONALI	LEZIONI TEORICHE E PRATICHE IN PALESTRA	LIBRO DI TESTO E PALESTRA	ORALE E PRATICO
SVILUPPO CAPACITA' COORDINATIVE				
COORDINAZIONE DINAMICA GENERALE COORDINAZIONE OCULO MUSCOLARE EQUILIBRIO TEMPISMO	MIGLIORAMENTO DELLE PROPRIE CAPACITA' CONDIZIONALI E L'UTILIZZO DI QUESTE IN VARI GESTI SPORTIVI	LEZIONI TEORICHE E PRATICHE IN PALESTRA	LIBRO DI TESTO E PALESTRA	ORALE E PRATICO
CONOSCENZA E PRATICA DELL'ATTIVITA' SPORTIVA				
REGOLAMENTO TECNICO DI GIOCHI DI SQUADRA E DISCIPLINE INDIVIDUALI FAIR PLAY	SAPER FARE GIOCO DI SQUADRA INDIVIDUARE ERRORI DI ESECUZIONI APPLICARE LE DOVUTE CORREZIONI AI GESTI SPORT SPECIFICI	LEZIONI TEORICHE E PRATICHE IN PALESTRA	LIBRO DI TESTO E PALESTRA	ORALE E PRATICO

ESPRESSIVITA' CORPOREA				
CONOSCE DIVERSE POSSIBILITA' DI ESPRESSIONE DEL CORPO CONOSCE LA SUCCESSIONE DELLE COMBINAZIONI PROPOSTE	INTERPRETARE IN MODO PERSONALE E CREATIVO LE COMBINAZIONI COREOGRAFICHE	LEZIONI TEORICHE E PRATICHE IN PALESTRA	LIBRO DI TESTO E PALESTRA	ORALE E PRATICO
SALUTE, BENESSERE PREVENZIONE, E SICUREZZA				
CONOSCERE IL CORPO UMANO I PRINCIPALI TRAUMI E LE NORME DI PRIMO SOCCORSO CONOSCERE I RISCHI PER LA SALUTE DERIVANTI DA ERRATE ABITUDINI DI VITA	SAPER PREVENIRE GLI INFORTUNI SAPERE COME COMPORTARSI IN CASO DI INFORTUNU SAPER COME MIGLIORARE IL PROPRIO BENESSERE PSICO-FISICO	LEZIONI TEORICHE E PRATICHE IN PALESTRA	LIBRO DI TESTO E PALESTRA	ORALE E PRATICO
AUTOVALUTATSI				

CONOSCERE PRINCIPI FISIologici SU CUI SI BASA L'ALLENAMENTO IN PROSPETTIVA DI UN MIGLIORAMENTO DELLE PRESTAZIONI	MISURARE IL PROPRIO SAPER FARE ATTRAVERSO TEST PSICO-FISICI CONOSCERE IL PROPRIO STATO DI EFFICIENZA FISICA ATTRAVERSO AUTOVALUTAZIONE DELLE PROPRIE CAPACITA'	LEZIONI TEORICHE E PRATICHE IN PALESTRA	LIBRO DI TESTO E PALESTRA	ORALE E PRATICO
---	---	--	----------------------------------	------------------------

Rubrica di valutazione di Educazione fisica

- Nella formulazione del voto intermedio e finale verranno presi in considerazione:
- valutazioni ottenute nell'arco del trimestre nelle singole prove – scritte ed orali
- progresso nel percorso individuale di studio rispetto alla situazione di partenza
- impegno
- partecipazione
- metodo di studio

Voto	Descrittore
9-10	Utilizza le abilità motorie in modo personale, produttivo ed efficace. Rispetta le regole e collabora serenamente con i compagni
8	Utilizza le varie abilità motorie in modo abbastanza sicuro ed efficace. Rispetta le regole e collabora con i compagni
7	Utilizza le varie abilità motorie in modo abbastanza sicuro. Rispetta generalmente le regole
6	Utilizza gli schemi motori appresi in situazioni strutturate. Non sempre rispetta le regole e va guidato nel lavoro di gruppo
5	È in difficoltà a realizzare semplici richieste motorie e ad adeguarsi a semplici proposte operative. Ha difficoltà a rispettare le regole e nei rapporti con i compagni
4	4 Esprime con superficialità e inesattezza gli aspetti essenziali di un'attività motorie. Non rispetta le regole e non sa ancora relazionarsi serenamente con i compagni

Quindi, oltre lo specifico della disciplina, la valutazione terrà presenti i seguenti elementi che possono far aumentare o diminuire il voto

IMPEGNO	▲ - Rispetta sempre le consegne ed i tempi richiesti ▼ - Spesso non esegue i compiti assegnati ▼ - Non esegue mai i compiti assegnati ▼ - Spesso è sprovvisto di materiale ▼ - Comunicazioni/note inviate alla famiglia
PARTECIPAZIONE	▲ - Fa domande e propone il suo punto di vista ▲ - E' attento alla discussione ed interviene a proposito ▼ - Interviene solo se sollecitato ▼ - Interviene a sproposito nella discussione
METODO di LAVORO	▲ - Organizza bene tempi e modalità di lavoro ▼ - E' affrettato ed approssimativo nell'esecuzione del lavoro ▲ - Partecipa in modo attivo al lavoro di gruppo ▼ - Partecipa in modo passivo al lavoro di gruppo

Legenda: ▲ = Elemento positivo che fa alzare il voto ▼ = Elemento negativo che fa abbassare il voto