

EDUCAZIONE FISICA
SCUOLA SECONDARIA I GRADO CLASSE III

Traguardi di competenza	Rubrica di valutazione	Ambito	Obiettivi
L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.	<p>Avanzato (A): L'alunno ha raggiunto il pieno controllo della lateralizzazione, esegue correttamente e autonomamente gli esercizi con piccoli e grandi attrezzi.</p> <p>Intermedio (B): L'alunno rivela buone capacità di combinazione di coordinazioni dinamiche complesse, usa schemi motori diversificati.</p> <p>Base: L'alunno sa organizzarsi nello spazio e nel tempo con l'aiuto dell'insegnante. Esegue correttamente gli esercizi semplici con piccoli attrezzi.</p> <p>Iniziale: L'alunno percepisce in modo parzialmente corretto le variabili spazio tempo. Rivela modeste capacità di controllo del movimento, che gestisce in modo non completamente autonomo</p>	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.	<p>1) Utilizzare e correlare le variabili spazio temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico, in ogni situazione sportiva.</p> <p>2) Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>3) Sapersi orientare in ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici.</p>
Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.	<p>Avanzato (A): L'alunno rivela capacità di controllo del movimento in situazioni nuove ed ai grandi attrezzi ginnici.</p> <p>Intermedio (B): L'alunno sa combinare schemi motori diversificati e tecniche finalizzate.</p> <p>Base (C): L'alunno controlla il proprio corpo e i suoi spostamenti nello spazio e nel tempo.</p> <p>Iniziale (D): L'alunno sa mantenere l'equilibrio ed il controllo della postura.</p>	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.	<p>1) Utilizzare le variabili spazio temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico.</p> <p>2) Saper utilizzare efficacemente le proprie capacità di accoppiamento, combinazione, differenziazione, equilibrio, orientamento, ritmo e trasformazione del movimento.</p>

Traguardi di competenza	Rubrica di valutazione	Ambito	Obiettivi
Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.	<p>Avanzato (A): L’allievo usa consapevolmente il linguaggio del corpo. Padroneggia i fondamentali del gioco, applica le regole, rispetta le decisioni dell’arbitro e l’avversario.</p> <p>Intermedio (B) : L’allievo utilizza in forma espressiva il proprio corpo, ha consapevolezza del proprio ruolo e di quello dei compagni. Conosce le regole dello sport.</p> <p>Base (C): L’alunno utilizza il proprio corpo in forma espressiva ,comunica emozioni utilizzando la mimica facciale.</p> <p>Iniziale (D): L’allievo assume posture e compie azioni con finalita’ espressive e comunicative.</p>	Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	<p>1)Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d’animo.</p> <p>2)Saper decodificare i gesti dei compagni e avversari in situazioni di gioco e sport.</p> <p>3) Conoscere e applicare il regolamento tecnico e le funzioni di arbitraggio.</p>
Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.	<p>Avanzato (A):L’allievo e’ capace di eseguire movimenti di grandi ampiezze,individua inoltre gli apparati e le parti del corpo coinvolte nell’atto motorio.</p> <p>Intermedio (B): L’allievo sa percepire velocemente gli stimoli e reagire. Sa valutare la forza in base alla distanza da raggiungere.</p> <p>Base (C): Individua lo scopo degli esercizi piu’ semplici proposti, sa distribuire lo sforzo rispettando le pause di recupero.</p> <p>Iniziale (D): Esegue correttamente gli esercizi a carico naturale.</p>	Salute e benessere.	<p>1)Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>2)Essere in grado di distribuire lo sforzo fisico in relazione al tipo di attività richiesta.</p> <p>3) Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all’assunzione di droghe e sostanze dopanti.</p>
Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.	<p>Avanzato (A): Gestisce in modo appropriato e puntuale il materiale sportivo che utilizza.</p> <p>Intermedio (B) :Usa correttamente gli spazi e le attrezzature sportive utilizzate.</p> <p>Base (C): Rispetta le consegne e il materiale sportivo utilizzato.</p> <p>Iniziale (D): Modula con sufficiente autonomia l’impegno fisico.</p>	Prevenzione e sicurezza.	<p>1)Saper disporre ,utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.</p> <p>2)Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p>

Traguardi di competenza	Rubrica di valutazione	Ambito	Obiettivi
<p>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>	<p>Avanzato (A): L'allievo realizza strategie di gioco mettendo in atto comportamenti collaborativi,rispettando le scelte arbitrali ed i consigli del docente.</p> <p>Intermedio (B): Padroneggia i fondamentali individuali e di squadra della disciplina.</p> <p>Base (C): l'allievo ha consapevolezza del proprio ruolo e di quello dei compagni.</p> <p>Iniziale (D): Conosce le regole e le applica.</p>	<p>Il gioco,lo sport,le regole ,il fair play.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1) Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa. 2) Saper realizzare strategie di gioco e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.