

Classi: PRIME

Disciplina: Scienze Motorie

U.D.A. n° 1	Titolo : imparo a muovermi	Tempi: tre mesi circa
Competenza chiave: <ul style="list-style-type: none"> • Comprendere i diversi linguaggi • Sviluppare la creatività. • Acquisire conoscenze di sé e potenziare un'autonomia emotiva. 		
Traguardi di Competenza (indicazioni 2012) <ul style="list-style-type: none"> • Imparare ad eseguire le proposte motori adeguate alle proprie capacità • Comprendere le proprie capacità e saperle esercitare correttamente • Saper sviluppare le proprie capacità motorie 		
Nuclei tematici	Obiettivi di apprendimento	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Utilizzare le informazioni percettive per scegliere risposte funzionali.	
	Destreggiarsi nella motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo.	
Contenuti e Abilità : Saper utilizzare consapevolmente le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle capacità condizionali. – Utilizzare le variabili spazio/temporali nella gestione di un'azione. Trasformare i vari schemi motori		

in semplici gesti tecnici e sportivi.

Metodologie

- Procedimenti induttivi e deduttivi
- Lezione frontale
- Lavoro individuale e/o di gruppo.

Strumenti

- LIM
- Testi didattici di supporto
- Appunti del docente
- Giochi didattici
- Attrezzature ginnico sportive

Verifica e valutazione

Per la valutazione si fa riferimento al fascicolo della valutazione d'Istituto.

Classi: PRIME

Disciplina: Scienze Motorie

U.D.A. n° 2	Titolo : il movimento e la salute	Tempi: tre mesi circa
<p>Competenza chiave:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saper svolgere una corretta attività fisica. • Saper utilizzare la propria componente motoria e corporea. • Percepire e sentire le proprie potenzialità e i propri limiti corporei. 		
<p>Traguardi di Competenza (indicazioni 2012)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i benefici dell’attività fisica. • Conoscere le malattie provocate dalla mancanza di movimento. • Favorire la crescita e lo sviluppo. 		
Nuclei tematici	Obiettivi di apprendimento	
Potenzialità del movimento del proprio corpo, le posture corrette e le funzioni fisiologiche.	Conoscere gli apparati ed avere consapevolezza dei cambiamenti funzionali e morfologici. Utilizzare e rielaborare informazioni percettive per scegliere risposte motorie funzionali.	

Contenuti e Abilità : Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni complesse. Rispondere ad uno stimolo con una risposta motoria	
Metodologie <ul style="list-style-type: none">- Procedimenti induttivi e deduttivi- Lezione frontale- Lavoro individuale e/o di gruppo.	
Strumenti <ul style="list-style-type: none">- LIM- Testi didattici di supporto- Appunti del docente- Giochi didattici- Attrezzature ginnico sportive	
Verifica e valutazione <p>Per la valutazione si fa riferimento al fascicolo della valutazione d'Istituto.</p>	

Classi: PRIME

Disciplina: Scienze Motorie

U.D.A. n° 3	Titolo : conoscere delle regole dell'attività ludica	Tempi: tre mesi circa
<p>Competenza chiave:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valore etico dell'attività sportiva, del confronto e della competizione. • Adottare comportamenti e atteggiamenti adeguati, evitando danni a se e agli altri . • Vivere in modo sereno e consapevole la vittoria e la sconfitta, privilegiando gli obiettivi di miglioramento personale . 		
<p>Traguardi di Competenza (indicazioni 2012)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere ed applicare correttamente le regole del gioco. • Conoscere le tattiche di gioco. • Favorire la maturazione attraverso attività che stimolano la partecipazione attiva e il piacere di apprendere. 		
Nuclei tematici	Obiettivi di apprendimento	
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Partecipare a giochi di movimento, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria .	

Contenuti e Abilità : Acquisire i principali fondamentali individuali e le tecniche di gioco di squadra nei giochi praticati. Relazionarsi positivamente e mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi.	
Metodologie <ul style="list-style-type: none">- Procedimenti induttivi e deduttivi- Lezione frontale- Lavoro individuale e/o di gruppo.	
Strumenti <ul style="list-style-type: none">- LIM- Testi didattici di supporto- Appunti del docente- Giochi didattici- Attrezzature ginnico sportive	
Verifica e valutazione <p>Per la valutazione si fa riferimento al fascicolo della valutazione d'Istituto.</p>	