|  |  |
| --- | --- |
| Scuola Secondaria di Primo Grado “Cocchia-Dalla Chiesa” Av – a.sc. 2023 – 2024    **I** **Quadrimestre:** Ed. Fisica  U.d.a. Ingresso  Periodo: Settembre    **UNITA’ DI RACCORDO**  Titolo: primi giorni insieme | |
| **DATI**  **IDENTIFICATIVI** | **Anno scolastico** 2023 / 2024  **Istituto comprensivo** “*Cocchia-Dalla Chiesa”* AV  **Destinatari:** Classe1^ sez. D – E - L  **DOCENTE**: RITA PAGLIALONGA |

|  |  |
| --- | --- |
| DISCIPLINA: Educazione Fisica | |
| **ambito: *Costruzione del sé***  **Competenze di Cittadinanza**   * Conoscere se stesso e le proprie capacità. * Intervenire nelle attività in modo pertinente. * Organizzare il proprio apprendimento. * Definire le proprie strategie e il proprio metodo. * Collaborare, partecipare,   relazionarsi: interagire.   * Comunicare utilizzando   linguaggi e supporti diversi**.**   * Disponibilità a riflettere su di sé; * comprensione del rapporto   tra diritti e doveri.   * Equilibrio nel livello di   autostima.     * Capacità d’interagire. * Consapevolezza di appartenere ad una comunità | **Traguardi per lo sviluppo delle competenze**.   * Impiego di schemi motori e posturali * Affermazione della propria identità * Adattarsi positivamente a situazioni nuove * Agire in modo autonomo e responsabile * Utilizzare e correlare le variabili spazio- temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. * Sapersi orientare nell’ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole). * Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport * Saper utilizzare l’esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali * L’alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. * Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri. |
| **Conoscenze:**   * Le posizioni e i movimenti principali * Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati * Acquisizione di un corretto schema corporeo * Gli apparati del corpo umano * Gli organi di senso * Lo sport e il fair play * Sport e salute     **Abilità:**   * Utilizzare efficacemente le proprie capacità in condizioni facili e normali di esecuzione * Relazionarsi con lo spazio e con gli altri |
| **ATTIVITA’** | * Esercizi individuali e di gruppo a corpo libero * Esercizi individuali e di gruppo con piccoli e grandi attrezzi * Esercitazioni di preatletica, andature speciali combinate con esercizi di coordinazione arti superiori * Circuiti di abilità per i vari distretti muscolari, anche sotto forma di gioco * Esercizi per stimolare la capacità coordinativa dell'equilibrio * Giochi-gara individuali e di gruppo in spazi e tempi brevi |
| **STRATEGIE DIDATTICHE** | * Lezione frontale, lettura e commento con gli alunni * Migliorare la partecipazione attiva per l'aspetto ludico-espressivo * Attività guidate a crescente livello di difficoltà * Allungamento dei tempi di acquisizione dei contenuti disciplinari * Migliorare la comunicazione attraverso gesti e movimenti |
| **VERIFICA DEGLI**  **APPRENDIMENTI**  Relativi alle  conoscenze | * Verifica dell'efficacia e dell'adeguatezza della programmazione per la correzione di eventuali errori di impostazione * controllo dell'apprendimento con frequenti riscontri e correzioni * Test strutturati e non strutturati, domande da posto, verifiche pratiche in palestra. |

IL DOCENTE: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_