



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



ISTITUTO COMPRENSIVO
DI MASERADA SUL PIAVE



FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI



Unione Europea PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

COMPETENZA EUROPEA:	CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE- ESPRESSIONE CORPOREA.		
DISCIPLINA COINVOLTA	EDUCAZIONE FISICA		
Classe di riferimento	I, II, III primo grado		
Traguardi di competenza	Abilità	Conoscenze	Contenuti
1- MOVIMENTO- Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo <i>COMPETENZA SPECIFICA</i> <i>Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse.</i>	- Utilizzare e trasferire le abilità acquisite (schemi motori di base anche combinati) per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita (capacità coordinative e condizionali) per	-Conoscere gli schemi motori di base, le capacità coordinative, le capacità condizionali e il loro utilizzo in ambito sportivo. - Conoscere nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.	Classe I: - test d'ingresso, - esercizi di preatletica; - esercizi di coordinazione generale e specifica; - esercizi a corpo libero e preacrobatica, capovolte e verticale; - esercizi coordinativi con piccoli attrezzi, funicella, palloni di diverso peso e dimensioni, giocoleria con piccole palline. - esercizi di stretching; - esercizi di corsa con ritmo, lunghezza e durata



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



<p>STANDARD</p> <p><i>Ha consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e alla evoluzione psicofisica.</i></p> <p>LIVELLI:</p> <p><i>3. padroneggia azioni motorie complesse in situazione variabili con soluzioni personali;</i></p> <p><i>2. utilizza azioni motorie in situazione combinate;</i></p> <p><i>1. controlla azioni motorie in situazioni semplici.</i></p>	<p>risolvere situazioni nuove ed inusuali.</p> <p>Utilizzare le strutture spazio-temporali, ritmiche, le variabili di equilibrio e disequilibrio, i piccoli e grandi attrezzi nelle azioni motorie.</p>		<p>variabile;</p> <ul style="list-style-type: none"> - esercizi e percorsi di destrezza; - percorsi e circuiti misti; - salti in alto e in basso; - esercizi e giochi per l'equilibrio. <p><u>Classe II:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - test d'ingresso, - esercizi di preatletica; - esercizi di coordinazione generale e specifica; - esercizi a corpo libero e preacrobatica. - esercizi coordinativi con piccoli attrezzi, - esercizi di stretching; - esercizi di corsa con ritmo, lunghezza e durata variabile; - esercizi e giochi per l'equilibrio, esperienza di pattinaggio su ghiaccio. <p><u>Classe III:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - test d'ingresso, - esercizi di condizionamento di preatletica; - esercizi di coordinazione generale e specifica; - esercizi a corpo libero e preacrobatica, - esercizi coordinativi con piccoli attrezzi, - esercizi di stretching; - esercizi di corsa con ritmo, lunghezza e durata
---	---	--	--



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



ISTITUTO COMPRENSIVO
DI MASERADA SUL PIAVE



			<p>variabile;</p> <ul style="list-style-type: none"> - esercizi e percorsi di destrezza; - percorsi e circuiti misti; - salti in alto e in basso; - esercizi e giochi per l'equilibrio.
--	--	--	---



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



<u>COMPETENZA EUROPEA</u>	OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO		Contenuti
Traguardi di competenza	Abilità	Conoscenze	
<p>2-LINGUAGGIO DEL CORPO come modalità comunicativa-espressiva</p> <p>COMPETENZE SPECIFICHE Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.</p> <p>STANDARD Utilizza i linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni personali.</p> <p>LIVELLI 3. padroneggia molteplici linguaggi specifici,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare l'espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante l'utilizzo del corpo e degli attrezzi di fortuna in forma originale e creativa individualmente, a coppie, in gruppo con fini comunicativi. - Decodificare i linguaggi specifici dei compagni, avversari, insegnanti e arbitri (regolamento di gioco). - Ideare e realizzare semplici sequenze di movimento e/o danze o coreografie utilizzando basi ritmiche o musicali. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere modalità di espressione corporea utilizzando una varietà di segni/segnali e identificare i contenuti emotivi. - Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo. - Conoscere gli schemi ritmici applicati al movimento. 	<p><u>Classe I:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - esercizi e giochi d'imitazione; - il gioco del mimo; - giochi di comunicazione non verbale; - esercizi intersegmentari eseguiti a ritmo; - esercizi base di ginnastica ritmica, - esercizi base di ginnastica aerobica con utilizzo di basi musicali. - esecuzione di semplici danze popolari; <p><u>Classe II:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - giochi di comunicazione non verbale; - esercizi di ginnastica ritmica, - esercizi base di ginnastica aerobica con utilizzo di basi musicali. - esercizi intersegmentari eseguiti a ritmo dato, a ritmo proprio e a ritmo di musica; - esecuzione di semplici danze popolari;



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



ISTITUTO COMPRENSIVO
DI MASERADA SUL PIAVE



<p><i>comunicativi ed espressivi trasmettendo contenuti emozionali;</i></p> <p><i>2. utilizza linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo personale;</i></p> <p><i>1. guidato utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato.</i></p>			<p><u>Classe III:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - esecuzione per imitazione, creazione di semplici combinazioni di esercizi di ginnastica aerobica; - esecuzione di danze popolari;
---	--	--	---



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



COMPETENZA EUROPEA	OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO		Contenuti
Traguardi di competenza	Abilità	Conoscenze	
<p>3-GIOCO E SPORT le regole e il fair play</p> <p>COMPETENZE SPECIFICHE Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni per il bene comune.</p> <p>STANDARD Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche , rispettando regole e valori</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni di gioco e sport anche in modo personale. - Mettere in atto strategie di gioco, comportamenti collaborativi per raggiungere un obiettivo comune. - Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico dello sport praticato assumendo anche il ruolo di arbitro. 	<ul style="list-style-type: none"> -Conoscere le regole e i gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra praticati. - Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune. - Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport anche con finalità di arbitraggio. 	<p>Classe I:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esercizi e giochi presportivi; - esercizi propedeutici per apprendere i fondamentali dello sport di squadra praticato: pallamano, ultimate. - esercizi e giochi preparatori sport individuale atletica; - corsa veloce; - corsa ad ostacoli; - lancio del vortex <p>Classe II:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esercizi e giochi presportivi; - esercizi propedeutici per apprendere i fondamentali dello sport di squadra praticato:pallacanestro; - gioco pallamano, pallacanestro, calcetto. - esercizi e giochi preparatori sport individuale



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



ISTITUTO COMPRENSIVO
DI MASERADA SUL PIAVE



<p>sportivi.</p> <p>LIVELLI:</p> <p>3. Nel gioco e nello sport padroneggia abilità tecniche e sceglie nella cooperazione soluzioni tattiche in modo personale, dimostrando fair play;</p> <p>2. nel gioco e nello sport utilizza abilità tecniche <i>rispettando le regole e collabora, mettendo in atto comportamenti corretti ;</i></p> <p>1. <i>nel gioco e nello sport conosciuti utilizza alcune abilità tecniche e, guidato, collabora rispettando le regole principali.</i></p>	<p>- Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, mettendo in atto comportamenti corretti nel rispetto dell'altro sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>		<p>atletica;</p> <ul style="list-style-type: none"> - corsa veloce; - salto in lungo; - salto in alto; - corsa ad ostacoli; - lancio del vortex; <p><u>Classe III:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Esercizi e giochi presportivi; - esercizi propedeutici per apprendere i fondamentali dello sport di squadra: pallavolo; - brevi partite gioco pallamano, pallacanestro, pallavolo e calcetto. - esercizi e giochi preparatori sport individuale atletica; - corsa veloce; - salto in lungo; in alto e corsa ad ostacoli - lanci: vortex e peso.
--	---	--	--



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



COMPETENZA EUROPEA	OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO		Contenuti
Traguardi di competenza	Abilità	Conoscenze	
<p>4- SALUTE E BENESSERE, prevenzione e sicurezza</p> <p><i>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione. Rispetta criteri base di sicurezza per se e per gli altri.</i></p> <p>COMPETENZE SPECIFICHE <i>Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza ed elementi di primo soccorso. - Nella salvaguardia della propria salute scegliere di evitare l'assunzione di sostanze illecite e curare l'alimentazione e l'igiene personale. - Per mantenere la propria efficienza fisica in diversi contesti, essere in grado di 	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza e alcuni elementi di primo soccorso. - Conoscere i principi fondamentali della corretta alimentazione e dell'igiene personale e avere le prime informazioni sulle sostanze che inducono dipendenza (fumo, doping, droghe, alcool....) e sui loro effetti negativi. - Conoscere le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del 	<p><u>Classe I:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - regole di comportamento da adottare all'interno degli spazi utilizzati, palestra, spogliatoi; - regole di igiene personale; <p><u>Classe II:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - regole di comportamento da adottare all'interno degli spazi utilizzati, palestra, spogliatoi; - regole di igiene personale; - alimentazione; <p><u>Classe III:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - regole di comportamento da adottare all'interno degli spazi utilizzati, palestra, spogliatoi; - regole di igiene personale; - Le sostanze dopanti;



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



ISTITUTO COMPRENSIVO
DI MASERADA SUL PIAVE



<p><i>di vita.</i></p> <p>STANDARD <i>Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione alla salute per il proprio benessere.</i></p> <p>LIVELLI:</p> <p><i>3. applica autonomamente comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale ed è consapevole del benessere legato alla pratica motoria;</i></p> <p><i>2. applica comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza personale e il benessere;</i></p> <p><i>1. guidato applica i comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute ,</i></p>	<p>dosare lo sforzo, applicare alcune tecniche di riscaldamento e di defaticamento.</p>	<p>benessere.</p>	
--	---	-------------------	--



ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

Via dello Stadio 3 – 31052 Maserada sul Piave (TV) - - Tel. 0422/778028 - - Fax.0422/ 729900 CODICE: TVIC85700G •
C.F. 94105490265 • pec: TVIC85700G@pec.istruzione.it E- mail: TVIC85700G@istruzione.it • sito istituzionale: w w w .
icmaserada.edu.it



ECDL
European Computer
Driving Licence



Erasmus+



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



ISTITUTO COMPRENSIVO
DI MASERADA SUL PIAVE



MIUR

*della sicurezza personale e del
benessere;*