

## PROFILO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DEL PRIMO CICLO DI ISTRUZIONE

| <b>Competenze chiave per l'apprendimento permanente (Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio del 18 dicembre 2006 (2006/962/CE).</b> | <b>Profilo dello studente al termine del primo ciclo di istruzione</b>   |
|---|--|
| <b>Competenze Sociali</b>   | <p>Lo studente al termine del primo ciclo, attraverso gli apprendimenti sviluppati a scuola, lo studio personale, le esperienze educative vissute in famiglia e nella comunità, è in grado di iniziare ad affrontare in autonomia e con responsabilità, le situazioni di vita tipiche della propria età, riflettendo ed esprimendo la propria personalità in tutte le sue dimensioni.</p> <p>Ha consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti, utilizza gli strumenti di conoscenza per comprendere se stesso e gli altri, per riconoscere ed apprezzare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose, in un'ottica di dialogo e di rispetto reciproco. Interpreta i sistemi simbolici e culturali della società, orienta le proprie scelte in modo consapevole, rispetta le regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune esprimendo le proprie personali opinioni e sensibilità. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato da solo o insieme ad altri.</p> <p>Ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita. Assimila il senso e la necessità del rispetto della convivenza civile. Ha attenzione per le funzioni pubbliche alle quali partecipa nelle diverse forme in cui questo può avvenire: momenti educativi informali e non formali, esposizione pubblica del proprio lavoro, occasioni rituali nelle comunità che frequenta, azioni di solidarietà, manifestazioni sportive non agonistiche, volontariato, ecc.</p> |
| <b>La comunicazione nella madrelingua</b>   | <p>Dimostra una padronanza della lingua italiana tale da consentirgli di comprendere enunciati e testi di una certa complessità, di esprimere le proprie idee, di adottare un registro linguistico appropriato alle diverse situazioni.</p>  |
| <b>La comunicazione nelle lingue straniere</b>  | <p>Nell'incontro con persone di diverse nazionalità è in grado di esprimersi a livello elementare in lingua inglese e di affrontare una comunicazione essenziale, in semplici situazioni di vita quotidiana, in una seconda lingua europea.</p> <p>Utilizza la lingua inglese nell'uso delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione.</p>   |
| <b>La competenza matematica, scientifica e tecnologica</b>  | <p>Le sue conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche gli consentono di analizzare dati e fatti della realtà e di verificare l'attendibilità delle analisi quantitative e statistiche proposte da altri. Il possesso di un pensiero razionale gli consente di affrontare problemi e situazioni sulla base di elementi certi e di avere consapevolezza dei limiti delle affermazioni che riguardano questioni complesse che non si prestano a spiegazioni univoche.</p>   |
| <b>competenza digitale</b>  | <p>Ha buone competenze digitali, usa con consapevolezza le tecnologie della comunicazione per ricercare e analizzare dati ed informazioni, per distinguere informazioni attendibili da quelle che necessitano di approfondimento, di controllo e di verifica e per interagire con soggetti diversi nel mondo</p>   |
| <b>imparare ad imparare</b>   | <p>Possiede un patrimonio di conoscenze e nozioni di base ed è allo stesso tempo capace di ricercare e di procurarsi velocemente nuove informazioni ed impegnarsi in nuovi apprendimenti anche in modo autonomo.</p>   |
| <b>senso di imprenditorialità</b>   | <p>Dimostra originalità e spirito di iniziativa. Si assume le proprie responsabilità e chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede.</p>  |
| <b>consapevolezza ed espressione culturale</b>  | <p>Si orienta nello spazio e nel tempo dando espressione a curiosità e ricerca di senso; osserva ed interpreta ambienti, fatti, fenomeni e produzioni artistiche.</p> <p>In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si impegna in campi espressivi, motori ed artistici che gli sono congeniali. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.</p>   |

## EDUCAZIONE FISICA CLASSE TERZA - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO -

|   |   |
|---|---|
| <b>COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE (2006/962/CE)</b> | <b>Consapevolezza ed espressione culturale:</b> In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si impegna in campi espressivi, motori ed artistici che gli sono congeniali. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti. |
|---|---|

| <b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <b>Competenze al termine della scuola secondaria di 1° grado</b>   | <b>Obiettivi di apprendimento 3° classe sc. sec. 1° grado</b>  | <b>Attività/Contenuti</b>   | <b>Verifiche/Modalità</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</b></li> <br/> <li>➤ <b>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</li> <li>➤ Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</li> <li>➤ Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</li> <li>➤ Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esercitazioni per migliorare le capacità coordinative</li> <li>- Esercitazioni specifiche per incrementare la resistenza (regime aerobico), la velocità, la forza (veloce), la mobilità articolare</li> <li>- Esercitazioni specifiche per l'acquisizione dei fondamentali individuali e dei gesti tecnici fondamentali delle attività sportive individuali proposte</li> <li>- Percorsi misti e lavori in circuito</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Test motori</li> <li>- Osservazioni sistematiche</li> <li>- Verbalizzazioni</li> <li>- Questionari con vero/falso e risposte a scelta multipla</li> </ul> |

**IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA**

| <b>Competenze al termine della scuola secondaria di 1° grado</b>  | <b>Obiettivi di apprendimento 3° classe sc. sec. 1° grado</b>  | <b>Attività/Contenuti</b>   | <b>Verifiche/Modalità</b>   |
|---|--|---|---|
| <p>➤ <b>Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair – play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</b></p> | <p>➤ Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d’animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <p>➤ Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>➤ Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all’applicazione del regolamento di gioco.</p> | <p>- Attività ludiche ad effetto polivalente</p> <p>- Attività di espressione corporea su base musicale e ritmica</p> | <p>- Test motori</p> <p>- Osservazioni sistematiche</p> <p>- Verbalizzazioni</p> <p>- Questionari con vero/falso e risposte a scelta multipla</p> |

**IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**

| Competenze al termine della scuola secondaria di 1° grado  | Obiettivi di apprendimento 3° classe sc. sec. 1° grado  | Attività/Contenuti   | Verifiche/Modalità  |
|--|---|--|---|
| <p>➤ <b>Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair – play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</b></p> <p>➤ <b>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</b></p> | <p>➤ Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>➤ Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>➤ Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>➤ Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p> | <p>- Esercitazioni specifiche per l'acquisizione dei fondamentali individuali e dei gesti tecnici fondamentali delle attività sportive individuali proposte</p> <p>- Attività sportive di squadra e individuali</p> <p>- Giochi pre-sportivi e propedeutici alle attività proposte</p> | <p>- Test motori</p> <p>- Osservazioni sistematiche</p> <p>- Verbalizzazioni</p> <p>- Questionari con vero/falso e risposte a scelta multipla</p> |

**SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA**

| Competenze al termine della scuola secondaria di 1° grado   | Obiettivi di apprendimento<br>3° classe sc. sec. 1° grado   | Attività/Contenuti  | Verifiche/Modalità  |
|---|---|---|---|
| <p>➤ <b>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</b></p> <p>➤ <b>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</b></p> | <p>➤ Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell’età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>➤ Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>➤ Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>➤ Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>➤ Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all’assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p> | <p>- Cenni sui danni della vita sedentaria e sugli effetti benefici dell’attività fisica a livello anatomico-funzionale e psichico</p> <p>- Elementi di pronto soccorso; cenni di igiene generale</p> <p>- Educazione alimentare: le sane abitudini e le cattive pratiche</p> | <p>- Test motori</p> <p>- Osservazioni sistematiche</p> <p>- Verbalizzazioni</p> <p>- Questionari con vero/falso e risposte a scelta multipla</p> |

## **POTENZIAMENTO FORMATIVO :**

### **Azioni per l'ampliamento dell'offerta formativa**

- Partecipazione a tornei fra classi parallele di pallavolo
- Partecipazione ai giochi sportivi di Istituto
- Minitornei di giochi presportivi
- Attività polivalenti in continuità con la scuola primaria
- Partecipazione alla Maratona di Roma
- Incontri con atleti
- Partecipazione a progetti proposti da agenzie esterne
- Progetti e laboratori con esperti esterni
- Partecipazione ad eventi, mostre, concorsi

### **Strumenti**

- Strutture sportive
- Palestra,campo polivalente
- Piccoli e grandi attrezzi
- Macchine fotografiche
- DVD

### **Visite guidate e viaggi d'istruzione**

- Campi scuola
- Visite a musei – mostre – teatri