

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE	CLASSE TERZA
<p>Obiettivi specifici di apprendimento (D.M. 7/10/2010 n.211)</p>	<p>Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive Realizzazione di movimenti complessi attraverso l'ampliamento delle capacità coordinative,condizionali ed espressive, gestione di varie metodiche di allenamento per affrontare attività motorie di più alto livello</p> <p>Lo sport, le regole e il fairplay Utilizzo di strategie di gioco più complesse, partecipazione ed organizzazione di competizioni nella scuola, lavoro di equipe ed assunzione di ruoli.</p> <p>Salute, benessere,sicurezza eprevenzione Maturazione di uno stile di vita sano ed attivo, adozione di comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività e conoscenza delle informazioni relative al primo soccorso.</p> <p>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico Esperienze motorie ed organizzative in ambiente naturale sia individuali che di gruppo; utilizzo di dispositivi tecnologici a supporto dell'attività.</p>
<p>Contenuti</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Definizione e classificazione del movimento. - Conoscere le potenzialità del movimento del proprio corpo, le posture corrette. - Lo sviluppo funzionale delle capacità motorie e le funzioni fisiologiche (capacità condizionali). - Il processo coordinativo (capacità coordinative generali e speciali). - L'allenamento delle capacità motorie - Le regole degli sport praticati. - Le capacità tecniche e tattiche degli sport individuali e di squadra praticati. - I principall ruoli nel gioco praticato e le loro caratteristiche. - L'aspetto educativo e sociale dello sport. - Principi etici sottesi alle discipline sportive. - Sport come veicolo di valorizzazione delle diversità culturali, fisiche, sociali. - I principi fondamentali di prevenzione ed attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti. - Le tecniche di assistenza attiva durante il lavoro individuale, di coppia e di gruppo.

	<ul style="list-style-type: none"> - Il codice comportamentale del primo soccorso - Il trattamento dei traumi più comuni. - Le norme di sicurezza nei vari ambienti e condizioni: in montagna, in acqua,...
Abilità	<ul style="list-style-type: none"> - Realizzare movimenti complessi adeguati alla maturazione personale. - Mantenere o recuperare l'equilibrio in situazioni statiche e dinamiche complesse anche non abituali. - Svolgere attività di differente durata e intensità. - Controllare la respirazione e il dispendio energetico durante lo sforzo adeguandoli alla richiesta della prestazione. - Elaborare risposte motorie efficaci e personali in situazioni complesse. - Assumere posture corrette in presenza di carichi. - Riconoscere e adeguarsi al ritmo delle azioni. - Analizzare e riprodurre schemi motori complessi. - Applicare schemi e azioni di movimento per risolvere in modo originale e creativo un problema motorio. - Assumere ruoli all'interno del gruppo classe in relazione alle proprie capacità individuali. - Analizzare tecnicamente e individuare gli eventuali errori nella prestazione (propria e altrui)-- - Saper organizzare autonomamente un allenamento. - Partecipare attivamente nel gioco assumendo ruoli adatti alle proprie capacità fisico--tecniche e responsabilità tattiche. - Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie di gioco. - Assumere ruoli di giuria ed arbitraggio. - Interpretare obiettivamente i risultati delle proprie prestazioni motorie e sportive. - Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza propria e altrui durante esercitazioni di coppia e di gruppo. - Utilizzare le corrette procedure in caso d'intervento di primo soccorso. - Muoversi in sicurezza in diversi ambienti. - Adeguare abbigliamento e attrezzature alle diverse attività e alle condizioni meteo. - Praticare in forma globale attività all'aria aperta (soltanto qualora si riescano ad organizzare uscite didattiche mirate che permettano tali esperienze).
Eventuali connessioni con altre discipline	<p>-----</p>
	Partecipa a giochi sportivi di squadra utilizzando correttamente la tecnica dei fondamentali di gioco nelle diverse situazioni di pratica

Prestazioni di realtà	<p>sportiva nel rispetto delle regole e degli altri</p> <p>Riconoscere ed illustrare l'aspetto sociale ed educativo dello sport e proporre, a livello individuale e di gruppo, modalità operative che mettano in evidenza tali aspetti</p> <p>E' in grado di organizzare, individualmente e in gruppo, giochi di squadra ed eventi sportivi e affidare e svolgere ruoli di giuri, arbitraggio e supporto per la realizzazione di un evento</p> <p>E' in grado di descrivere e valutare errori, sul piano fisico e comportamentale, nella prestazione individuale e di squadra</p> <p>E' in grado di identificare i punti di forza e di debolezza propri e della propria squadra, per impostare una preparazione più adeguata.</p>
Valutazione	<p>Osservazioni sistematiche riguardanti:</p> <ul style="list-style-type: none"> - impegno, interesse e partecipazione - atteggiamento collaborativo durante le attività - assunzioni di responsabilità nei lavori di gruppo - accettazione e rispetto del compagno <p>Valutazione del prodotto e delle prestazioni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test sulle capacità condizionali e coordinative - Corretta tecnica dell'esecuzione - memorizzazione della sequenza - Osservazione di prestazioni complesse in situazioni di realtà