PROGETTAZIONE DIDATTICA Scuola Secondaria di 1^ Grado Disciplina: EDUCAZIONE FISICA A.S. 2025/ 2026

Competenza chiave europea	**Traguardi per lo sviluppo delle competenze**	**Obiettivi di apprendimento disciplinari**		
		Classe I	**Classe II**	**Classe III**
Imparare a imparare	**Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.**	Conoscere le caratteristiche proprie dell'educazione motoria, le correlazioni esistenti tra lo sviluppo psico-fisico e le attività motorie; assume sani comportamenti nel rispetto della propria e altrui salute.	Conoscere, in linea generale, l'anatomia e la fisiologia dei sistemi e degli apparati del corpo umano in relazione alle attività motorie e all'educazione alla salute.	Educare a vivere lo sport come esperienza formativa di vita orientata al miglioramento e al mantenimento della salute fisica, psichica e morale.
Competenze sociali e civiche	**E' consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio e pratica attivamente i valori sportivi (fair-play).** **Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.**	Sviluppare le capacità coordinative e condizionali. Conoscere e rispettare i regolamenti delle discipline sportive praticate a scuola secondo il giusto concetto di competitività (fair-play).	Consolidare le capacità coordinative, tecniche e potenziare quelle condizionali. Conoscere e rispettare i regolamenti delle discipline sportive praticate a scuola secondo il giusto concetto di competitività (fair-play).	Utilizzare piani di lavoro per raggiungere un'ottimale efficienza fisica. Svolgere un ruolo attivo utilizzando al meglio le proprie abilità tecniche e tattiche gestendo in modo consapevole le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per l'altro. Utilizzare le norme fondamentali di prevenzione degli infortuni nell'ambiente in cui si trova.
La comunicazione nelle lingue straniere	**Matura esperienze tecnico-linguistiche sportive.**	Conoscere termini stranieri relativi allo sport.	Conoscere termini stranieri relativi allo sport.	Conoscere termini stranieri relativi allo sport.

La competenza digitale	**Utilizza la tecnologia informatica per acquisire e/o interpretare l'informazione in variabili spazio-temporali digitali.**	Utilizzare le nuove tecnologie per ampliare le proprie conoscenze o per approfondimenti disciplinari.	Utilizzare le nuove tecnologie per ampliare le proprie conoscenze o per approfondimenti disciplinari.	Utilizzare le nuove tecnologie per catalogare i propri traguardi e potenziare le conoscenze tecniche.
Spirito di iniziativa e imprenditori alit à	**Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.**	Rispettare le diverse capacità, le esperienze pregresse, le caratteristiche personali per potersi relazionare positivamente con il gruppo.	Rispettare le diverse capacità, le esperienze pregresse, le caratteristiche personali per potersi relazionare positivamente con il gruppo.	Educare attraverso lo sport a diventare persone e cittadini.
Comunicazio ne nella madrelingua	**Sa comunicare utilizzando qualunque canale linguistico con consapevolezza.**	Comprendere che il corpo e la comunicazione corporea sono elementi essenziali per esprimere agli altri ciò che sentiamo, le nostre emozioni e i nostri pensieri.	Comprendere che il corpo e la comunicazione corporea sono elementi essenziali per esprimere agli altri ciò che sentiamo, le nostre emozioni e i nostri pensieri.	Utilizzare un registro linguistico appropriato alle diverse situazioni per comunicare.
Competenza matematica in campo scientifico e tecnologico	**Utilizza la gestualità tecnica in situazioni sempre più complesse, identificando problematiche. E' in grado di trovare soluzioni in maniera consapevole e sicura.**	Utilizzare in modo consapevole e appropriato il proprio corpo, sviluppando la gestualità tecnica applicandola in situazioni.	Utilizzare in modo consapevole e appropriato il proprio corpo, sviluppando la gestualità tecnica applicandola in situazioni.	Autovalutare le proprie capacità utilizzandole e potenziandole. Gestire in modo autonomo l'attività in base al contesto, elaborando risposte motorie in situazioni complesse.

I.C. 1 Taormina - UNITA' di APPRENDIMENTO di EDUCAZIONE FISICA – CLASSI: PRIMA - SECONDA 2025/2026

UNITA' DI LAVORO N°1	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	TEMPI	METODI E MEZZI	VERIFICA	VALUTAZIONE

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.	Classe 1 e 2) Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport Classe 2) Conoscere in linea generale l'anatomia e la fisiologia dei sistemi e degli apparati del corpo umano in relazione alle attività motorie e all'educazione alla salute.	Es.a corpo libero con l'utilizzo di grandi e piccoli attrezzi. Es.di corsa a ritmo variabile,nelle varie direzioni e su traiettorie obbligate. Es.di coordinazione oculo manuale ed oculo-podalica. Es.di accoppiamento e combinazione dei movimenti. Percorsi e circuiti. Informazioni su gli apparati e i sistemi del corpo umano in relazione al movimento.	Intero anno scolastico	Lezione frontale. Lezione interattiva. Lavoro in coppia e in gruppo. Metodo induttivo e deduttivo. Lezione dialogata. Flipped Classroom E-learning Computer e/o tablet Ambienti scolastici adeguati, preferibilmente all'aperto Palestra Campi da gioco Piscina	Test d'ingresso. Esercizi mirati al raggiungimento degli standard indicati per definire il livello di accettabilità degli obiettivi formativi. Percorsi strutturati con l'uso di attrezzi specifici ed occasionali. Test motori di uscita. Prove orali e/o scritte per la verifica delle conoscenze relative ai contenuti propri della disciplina	Per la valutazione si farà riferimento alle griglie di valutazione disciplinare e al documento contenente le linee di indirizzo di istituto.
UNITA' DI LAVORO N°2	**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**	**CONTENUTI**	**TEMPI**	**METODI E MEZZI**	**VERIFICA**	**VALUTAZIONE**
Il linguaggio del corpo come modalita' comunicativo espressiva.	Classe 1 e 2 - Utilizzare in modo consapevole ed appropriato il proprio corpo applicando semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo Classe 1 e 2 - Sviluppo e consolidamento delle capacità coordinative, sviluppo e tecniche di miglioramento delle capacità condizionali	Es. di combinazione e differenziazione dei movimenti; Giochi utilizzando il linguaggio del corpo; Ripetizione dei gesti arbitrali delle discipline sportive praticate.	Intero anno scolastico	Lezione frontale. Lezione interattiva. Lavoro in coppia e in gruppo. Metodo induttivo e deduttivo. Lezione dialogata. Flipped Classroom E-learning Computer e/o tablet Ambienti scolastici	Test d'ingresso. Esercizi mirati al raggiungimento degli standard indicati per definire il livello di accettabilità degli obiettivi formativi. Percorsi strutturati con l'uso di attrezzi specifici ed occasionali. Test motori di uscita. Prove orali e/o scritte per la verifica delle conoscenze relative ai contenuti propri della disciplina	Per la valutazione si farà riferimento alle griglie di valutazione disciplinare e al documento contenente le linee di indirizzo di istituto.
				adeguati,		

				preferibilmente all'aperto Palestra		

				Campi da gioco Piscina		
UNITA' DI LAVORO N°3	**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**	**CONTENUTI**	**TEMPI**	**METODI E MEZZI**	**VERIFICA**	**VALUTAZIONE**
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play **La Costituzione**	Classe 1 e 2) Conoscere e rispettare i regolamenti delle discipline sportive praticate a scuola secondo il giusto concetto di competitività (fair-play). Classe 1 e 2) Rispettare le diverse capacità, le esperienze pregresse, le caratteristiche personali per potersi relazionare positivamente con il gruppo. Conoscere i principali valori espressi dalla Costituzione Rispettare la parità di genere e favorire l'inclusione	Esercizi di collaborazione a due, a tre, ecc. Esercizi propedeutici del gesto tecnico dei vari giochi di squadra praticati. Esercizi propedeutici per l'acquisizione della tecnica della corsa, dei lanci e dei salti nell'atletica leggera. Giochi di movimento, di gruppo e di squadra. **Agenda 2030 (principalmente l'obiettivo 5: parità di genere)** **Principali valori espressi dalla Costituzione ed applicabili a situazioni di gioco e di sport.**	Intero anno scolastico	Lezione frontale. Lezione interattiva. Lavoro in coppia e in gruppo. Metodo induttivo e deduttivo. Lezione frontale. Lezione dialogata. Flipped Classroom E-learning Computer e/o tablet Ambienti scolastici adeguati, preferibilmente all'aperto Palestra Campi da gioco Piscina	Test d'ingresso. Esercizi mirati al raggiungimento degli standard indicati per definire il livello di accettabilità degli obiettivi formativi. Percorsi strutturati con l'uso di attrezzi specifici ed occasionali. Test motori di uscita. Prove orali e/o scritte per la verifica delle conoscenze relative ai contenuti propri della disciplina	Per la valutazione si farà riferimento alle griglie di valutazione disciplinare e al documento contenente le linee di indirizzo di istituto.

UNITA' DI LAVORO N°4	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	TEMPI	METODI E MEZZI	VERIFICA	VALUTAZIONE
Sicurezza e prevenzione, salute e benessere. Sviluppo sostenibile	Classe 1 e 2 - Conoscere la necessità di assumere comportamenti volti al rispetto della propria, della altrui salute e dello sviluppo sostenibile Classe 1 e 2 - Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.	Informazioni, norme di igiene ambientale e personale; alimentazione dello sportivo; norme generali di prevenzione degli infortuni; il fair-play; principali sistemi ed apparati del corpo umano **Concetto di "sostenibilità"**	Intero anno scolastico	Lezione frontale. Lezione interattiva. Lavoro in coppia e in gruppo. Metodo induttivo e deduttivo. Lezione dialogata. Flipped Classroom E-learning	Test d'ingresso. Esercizi mirati al raggiungimento degli standard indicati per definire il livello di accettabilità degli obiettivi formativi. Percorsi strutturati con l'uso di attrezzi specifici ed occasionali. Test motori di uscita. Prove orali e/o scritte per la verifica delle conoscenze relative ai contenuti propri della disciplina	Per la valutazione si farà riferimento alle griglie di valutazione disciplinare e al documento contenente le linee di indirizzo di istituto.
		Agenda 2030 (in particolare l'obiettivo 3) Articolo 32 della Costituzione		Computer e/o tablet Ambienti scolastici adeguati, preferibilmente all'aperto Palestra Campi da gioco Piscina		

LIVELLI MINIMI DI APPRENDIMENTO a conclusione della classe 1^ e 2^ (coerentemente con le nuove Indicazioni Nazionali 2012)

A conclusione del percorso **annuale** l'allievo comincia a rafforzare e migliorare il suo rapporto con la disciplina attraverso esperienze significative e comincia a comprenderne la valenza e l'utilità in situazioni concrete; egli:

- **Sa:**
  - coordinare i movimenti più semplici di diverse parti del corpo.
  - eseguire gesti tecnici in modo semplice.
  - rispetta le regole e si relaziona positivamente con l'altro.
  - Sa cosa fare per contribuire positivamente alla propria crescita.

Conosce
- il significato di prevenzione degli infortuni, primo soccorso, igiene e sviluppo sostenibile
- La tecnica delle diverse discipline sportive praticate in modo essenziale.
- I valori della Costituzione applicabili al contesto motorio-sportivo

I.C.1 Taormina UNITA' di APPRENDIMENTO di EDUCAZIONE FISICA CLASSE TERZA A.S. 2025/2026

UNITA' DI LAVORO N°1	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONTENUTI	TEMPI	METODI E MEZZI	VERIFICA	VALUTAZIONE

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva.	1) Comprendere che il corpo e la comunicazione corporea sono elementi essenziali per esprimere agli altri ciò che sentiamo, le nostre emozioni, i nostri pensieri. 2) Saper decodificare la gestualità dei compagni e avversari in situazioni di gioco e di sport 3) Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco	Es. di combinazione e differenziazione dei movimenti; Giochi utilizzando il linguaggio del corpo; Ripetizione dei gesti arbitrali delle discipline sportive praticate; Arbitraggio delle partite dei giochi sportivi praticati. **Agenda 2030 (principalmente l'obiettivo 5: parità di genere)** **Principali valori espressi dalla Costituzione ed applicabili a situazioni di gioco e di sport.**	Intero anno scolastico	Lezione frontale. Lezione interattiva. Lavoro in coppia e in gruppo. Metodo induttivo e deduttivo. Lezione dialogata. Per gruppo di livello. Flipped Classroom E-learning Software Computer e/o tablet Ambienti scolastici adeguati, preferibilmente all'aperto Palestra Campi da gioco Piscina	Test d'ingresso. Esercizi mirati al raggiungimento degli standard indicati per definire il livello di accettabilità degli obiettivi formativi. Percorsi strutturati con l'uso di attrezzi specifici ed occasionali. Test motori di uscita. Prove orali e/o scritte per la verifica delle conoscenze relative ai contenuti propri della disciplina	Per la valutazione si farà riferimento alle griglie di valutazione disciplinare e al documento contenente le linee di indirizzo di istituto.
UNITA' DI LAVORO N°2	**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**	**CONTENUTI**	**TEMPI**	**METODI E MEZZI**	**VERIFICA**	**VALUTAZIONE**

Il corpo e le funzioni senso percettive. Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.	1) Gestire in modo autonomo l'attività motoria in base al contesto elaborando risposte motorie in situazioni complesse, autovalutando le proprie capacità e incrementandole. 2) Utilizzare piani di lavoro per raggiungere un'efficienza fisica ottimale e funzionale alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva	Es.a corpo libero con l'utilizzo di grandi e piccoli attrezzi. Es.di corsa a ritmo variabile,nelle varie direzioni e su traiettorie obbligate. Es.di coordinazione oculo manuale ed oculo-podalica. Es.per eseguire sequenze di movimenti più complessi. Percorsi e circuiti. Realizzazione di tabelle per codificare i propri risultati.	Intero anno scolastico	**Lezione frontale. Lezione interattiva. Lavoro in coppia e in gruppo. Metodo induttivo e deduttivo. Lezione dialogata. Per gruppo di livello. Flipped Classroom E-learning Software Computer e/o tablet Ambienti scolastici adeguati, preferibilmente all'aperto Palestra Campi da gioco**	Test d'ingresso. Esercizi mirati al raggiungimento degli standard indicati per definire il livello di accettabilità degli obiettivi formativi. Percorsi strutturati con l'uso di attrezzi specifici ed occasionali. Test motori di uscita. Prove orali e/o scritte per la verifica delle conoscenze relative ai contenuti propri della disciplina	Per la valutazione si farà riferimento alle griglie di valutazione disciplinare e al documento contenente le linee di indirizzo di istituto.

				Piscina		
UNITA' DI LAVORO N°3	**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**	**CONTENUTI**	**TEMPI**	**METODI E MEZZI**	**VERIFICA**	**VALUTAZIONE**

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play. La Costituzione italiana	1) Gestire in modo consapevole le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per l'altro accettando la sconfitta. 2) Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice 3) Svolgere un ruolo attivo utilizzando al meglio le proprie abilità tecniche e tattiche anche in forma propositiva alle scelte delle squadre 4) **Rispettare la parità di genere 5) Favorire l'inclusione**	Esercizi di collaborazione a due, a tre, ecc. Esercizi propedeutici del gesto tecnico dei vari giochi di squadra praticati. Esercizi propedeutici per l'acquisizione della tecnica della corsa, dei lanci e dei salti nell'atletica leggera. Giochi di squadra. **Agenda 2030 (principalmente l'obiettivo 5: parità di genere)** **Principali valori espressi dalla Costituzione ed applicabili a situazioni di gioco e di sport**	Intero anno scolastico	Lezione frontale. Lezione interattiva. Lavoro in coppia e in gruppo. Metodo induttivo e deduttivo. Lezione dialogata. Per gruppo di livello. **E-learning** **Flipped Classroom** **Piattaforme digitali** **Computer e/o tablet Lim** **Software** **Ambienti scolastici adeguati, preferibilmente all'aperto** **Campi da gioco** **Palestra** **Piscina**	Test d'ingresso. Esercizi mirati al raggiungimento degli standard indicati per definire il livello di accettabilità degli obiettivi formativi. Percorsi strutturati con l'uso di attrezzi specifici ed occasionali. Test motori di uscita. Prove orali e/o scritte per la verifica delle conoscenze relative ai contenuti propri della disciplina	Per la valutazione si farà riferimento alle griglie di valutazione disciplinare e al documento contenente le linee di indirizzo di istituto.
UNITA' DI LAVORO N°4	**OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**	**CONTENUTI**	**TEMPI**	**METODI E MEZZI**	**VERIFICA**	**VALUTAZIONE**
Sicurezza e prevenzione, salute e benessere. Sviluppo sostenibile	1) Utilizzare le norme fondamentali di prevenzione degli infortuni nell'ambiente in cui si trova. 2) Educare a vivere lo sport come esperienza formativa di vita orientata al miglioramento e al mantenimento della salute fisica, psichica e morale **e allo**	Informazioni: norme generali di prevenzione degli infortuni e primo soccorso; doping, fumo, alcool; malattie dell'alimentazione Disturbi da ipocinesi; Posture corrette e paramorfismi.	Intero anno scolastico	Lezione frontale. Lezione interattiva. Lavoro in coppia e in gruppo. Metodo induttivo e deduttivo. Lezione dialogata. Per gruppo di livello.	Test d'ingresso. Esercizi mirati al raggiungimento degli standard indicati per definire il livello di accettabilità degli obiettivi formativi. Percorsi strutturati con l'uso di attrezzi specifici ed occasionali. Test motori di uscita. Prove orali e/o scritte per la verifica delle conoscenze relative ai contenuti propri della disciplina	Per la valutazione si farà riferimento alle griglie di valutazione disciplinare e al documento contenente le linee di indirizzo di istituto.

	sviluppo sostenibile	**Norme igieniche** **Concetto di "sostenibilità"**		Flipped Classroom E-learning		

	3) Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe e alcool)	**Agenda 2030 (in particolare l'obiettivo 3) Articolo 32 della Costituzione**		Computer e/o tablet Lim Software Ambienti scolastici adeguati, preferibilmente all'aperto Campi da gioco Palestra Piscina		

LIVELLI MINIMI DI APPRENDIMENTO a conclusione della classe 3^ (coerentemente con le nuove Indicazioni Nazionali 2012)

A conclusione del percorso **annuale** l'allievo comincia a rafforzare e migliorare il suo rapporto con la disciplina attraverso esperienze significative e comincia a comprenderne la valenza e l'utilità in situazioni concrete; egli:

- **Sa:**

- Sa utilizzare le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento a semplici situazioni.
- Sa applicare i principi metodologici dell'allenamento volti a migliorare le capacità condizionali.
- Sa eseguire gesti tecnici in modo semplice
- Sa rispettare le regole e si relaziona positivamente con l'altro.
- Sa cosa fare per contribuire positivamente alla propria crescita psicofisica.
- Sa organizzare una partita di un gioco praticato a scuola.

Conosce

- Il significato di prevenzione degli infortuni, primo soccorso, igiene e sviluppo sostenibile
- I regolamenti dei giochi praticati a scuola.
- I valori della Costituzione applicabili al contesto motorio-sportivo