

PROGETTAZIONE DISCIPLINARE EDUCAZIONE FISICA

PRIMO BIENNIO

Dopo aver verificato il livello di apprendimento conseguito nel corso del primo ciclo dell'istruzione, si strutturerà un percorso didattico atto a colmare le eventuali lacune nella formazione di base, ma anche finalizzato a valorizzare le potenzialità di ogni studente.

Nell'ambito della riflessione sulle strategie di apprendimento delle scienze motorie e sportive, l'alunno/a dovrà al termine del primo biennio:

- ◆ Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità
- ◆ Ampliare le capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività sportive
- ◆ Comprendere e produrre consapevolmente i messaggi non verbali
- ◆ Saper assumere diversi ruoli nella pratica sportiva individuale e di squadra (compresi i compiti di arbitraggio e di giuria)
- ◆ Negli sport di squadra dovrà saper applicare strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche, abituarsi al confronto e all'assunzione di responsabilità personali, collaborare con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le sue potenzialità
- ◆ Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale
- ◆ Conoscere e adottare i principi igienici, sanitari e alimentari indispensabili al mantenimento del proprio benessere
- ◆ Riconoscere gli effetti benefici dei percorsi di preparazione fisica e gli effetti dannosi dei prodotti farmacologici tesi esclusivamente al risultato immediato
- ◆ Sapersi orientare, durante le pratiche motorie e sportive realizzate in ambiente naturale, in contesti diversificati per giungere ad un rapporto corretto con l'ambiente favorendo la sintesi delle conoscenze derivanti da diverse discipline scolastiche.

SECONDO BIENNIO

Nel secondo biennio l'azione di consolidamento e di sviluppo delle conoscenze e delle abilità degli studenti proseguirà al fine di migliorare la loro formazione motoria e sportiva. Gli alunni acquisiranno a questa età una sempre più ampia capacità di lavorare con senso critico e creativo, con la consapevolezza di essere attori di ogni esperienza corporea vissuta.

Al termine del secondo biennio l'alunno/a dovrà:

- ◆ Saper realizzare movimenti complessi in virtù della maggiore padronanza di sé e dell'ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive
- ◆ Conoscere ed applicare metodiche di allenamento per poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici
- ◆ Saper valutare le proprie capacità e prestazioni confrontandole con le appropriate tabelle di riferimento
- ◆ Essere in grado di svolgere attività di diversa durata e intensità distinguendo le variazioni fisiologiche indotte dalla pratica motoria e sportiva approfondendo la teoria, la tecnica e la tattica

- ◆ Partecipare e organizzare le competizioni sportive della scuola
- ◆ Saper osservare e interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo ed all'attività fisica
- ◆ Saper adottare comportamenti idonei a prevenire infortuni nelle diverse attività nel rispetto della propria e dell'altrui incolumità dovrà pertanto conoscere le informazioni relative all'intervento di primo soccorso
- ◆ Saper affrontare l'attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici

Le classi IV e V seguono ancora il vecchio ordinamento.