



Istituto Statale Istruzione Secondaria Superiore "PIETRO GIORDANI"

PIANO DELL'OFFERTA FORMATIVA

PROGRAMMAZIONE DELLA DISCIPLINA SCIENZE DELL'ATTIVITA' MOTORIA
CLASSI BIENNIO INDIRIZZO PROFESSIONALE



SOMMARIO DELLA PROGRAMMAZIONE

Unità didattica	periodo di svolgimento	Termine massimo per verifica conclusiva
Corpo umano, espressività corporea e possibilità di movimento	Settembre- giugno	giugno
Attività sportive individuali	Settembre-giugno	giugno
Attività sportive di squadra	Settembre- giugno	giugno

MODALITÀ DI VERIFICA

Specificare il numero minimo di prove previste ogni periodo per ciascuna tipologia - deve essere prevista almeno una prova per verificare ciascuna UDA

Tipo di prova	<u>N. Prove</u> <u>primo</u> <u>periodo</u>	<u>N. Prove</u> <u>secondo</u> <u>periodo</u>
Interrogazioni orali		
Prove scritte		
Prove pratiche (solo discipline che le prevedono)	2	2
Prove autentiche/compiti di realtà		



Tipo di prova	<u>N. Prove</u> <u>primo</u> periodo	<u>N. Prove</u> <u>secondo</u> periodo
Prova comune per classi parallele (almeno una da svolgersi entro il 15 maggio)	0	1
Altro tipo di prove (specificare)		

SEZIONE 1 – PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE

(elenco e descrizione Laboratori e Unità Di Apprendimento)

MOD. 1

Corpo umano, espressività corporea e possibilità di movimento

FINALITÀ

Prendere coscienza della propria corporeità, dei benefici dell'attività fisica e della diversificazione delle capacità motorie.

ARGOMENTI, TEMI ED ELEMENTI TRATTATI

1. Anatomia del corpo umano: Cenni sul sistema muscolo-scheletrico.
2. Capacità motorie: Capacità coordinative e condizionali



OBIETTIVI DA VALUTARE

indicare con un asterisco (*) quelli MINIMI da perseguire

CONOSCENZE	1. Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le proprie potenzialità. (*)
ABILITÀ	2. Saper eseguire determinati esercizi o attività fisiche per un armonico sviluppo del proprio corpo. (*)
COMPETENZE DISCIPLINARI	3. Svolgere esercizi adeguati alle proprie capacità motorie e alle proprie limitazioni. (*) 4. Comprendere come adattare i movimenti in base all'ambiente, alle attrezzature, alle proprie capacità e all'espressività corporea
COMPETENZE TRASVERSALI, PROFESSIONALI e/o DA CERTIFICARE (come da registro online)	1. Competenza 2. Competenza 3. Competenza 4. ...



PROVE VALUTATIVE PREVISTE

N.	Periodo di svolgimento	Descrizione prova (Tipo di prova, funzione sommativa o formativa, indicazioni sull'organizzazione della verifica, carattere della prova, indicazioni sulla durata, ecc.)	Obiettivi da verificare (indicare numeri in riferimento a quanto elencato sopra)
1	Settembre- giugno	Batterie di test motori e valutazioni sistematiche	2,3,4
2	Settembre- giugno	Verifica scritta o orale sul sistema muscolo-scheletrico	1



**GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI**

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
1. Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le proprie potenzialità.	non ha una conoscenza significativa dei propri segmenti corporei, attitudini motorie o potenzialità fisiche. Non è consapevole delle proprie capacità e difficoltà motorie.	Conosce solo alcuni segmenti corporei e le proprie attitudini motorie in modo superficiale. Le proprie potenzialità fisiche sono poco comprese o mal applicate nell'attività fisica.	Ha una comprensione parziale del proprio corpo e delle sue attitudini motorie. Le proprie potenzialità fisiche sono poco chiare o non sempre utilizzate in modo efficace durante le attività.	Conosce i segmenti corporei e le proprie attitudini motorie in modo generale. È in grado di riconoscere le proprie potenzialità fisiche, ma fatica a sfruttarle al meglio nelle diverse situazioni motorie.	Ha una buona comprensione dei segmenti corporei e delle proprie attitudini motorie. È consapevole delle proprie potenzialità fisiche e le applica in modo adeguato durante l'attività fisica.	Conosce molto bene i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le potenzialità fisiche. È capace di applicare questa conoscenza per ottimizzare le prestazioni in diverse attività, anche se può esserci qualche margine di miglioramento nelle scelte motorie.	Ha una conoscenza approfondita del proprio corpo, dei segmenti corporei e delle proprie attitudini motorie. È in grado di identificare con precisione le proprie potenzialità fisiche e di adattarle alle esigenze dell'attività fisica, mostrando consapevolezza nelle scelte motorie.



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
INDICATORE							
2. Saper eseguire determinati esercizi o attività fisiche per un armonico sviluppo del proprio corpo.	Non è in grado di eseguire correttamente gli esercizi fisici o non comprende come questi possano contribuire a uno sviluppo armonico del corpo. L'esecuzione è inadeguata o assente.	Esegue gli esercizi con molte imprecisioni nella tecnica e ha poca consapevolezza di come questi contribuiscano allo sviluppo del corpo. Mostra poca capacità di adattarsi alle proprie necessità fisiche.	Ha difficoltà nell'eseguire alcuni esercizi fisici in modo corretto, con scarsa consapevolezza della tecnica e dell'intensità necessaria. Il controllo corporeo è limitato e l'efficacia degli esercizi è ridotta.	Esegue gli esercizi fisici in modo generalmente corretto, ma con alcune imprecisioni nella tecnica o nell'intensità. Mostra consapevolezza di base dello sviluppo corporeo, ma ha bisogno di maggiore attenzione alla forma e al controllo.	Esegue correttamente una varietà di esercizi fisici, sebbene con qualche imprecisione nelle tecniche o nella gestione dell'intensità. È consapevole di come questi esercizi contribuiscano allo sviluppo armonico del corpo.	Esegue gli esercizi fisici in modo preciso e consapevole, mostrando un buon adattamento alle esigenze del proprio corpo. È capace di regolare l'intensità degli esercizi per favorire un equilibrio corporeo.	Esegue con maestria e precisione una vasta gamma di esercizi fisici, seguendo correttamente la tecnica e adattando l'intensità per garantire un armonico sviluppo del corpo. Mostra un ottimo controllo e consapevolezza del proprio corpo durante l'attività fisica.
3. Svolgere esercizi adeguati alle proprie capacità	Non è in grado di eseguire esercizi adeguati alle proprie capacità motorie e	Non è sempre in grado di selezionare esercizi adeguati	Ha difficoltà a scegliere o a eseguire esercizi che siano in	Svolge esercizi generalmente adeguati alle proprie capacità,	Sceglie esercizi adeguati alle proprie capacità motorie e	Svolge esercizi con consapevolezza, selezionando	Sceglie e svolge con grande consapevolezza e precisione



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
motorie e alle proprie limitazioni.	limitazioni. Non ha consapevolezza delle proprie necessità fisiche e spesso sceglie esercizi inadeguati che compromettono il benessere fisico.	alle proprie capacità e limitazioni. Mostra difficoltà a riconoscere i propri limiti, eseguendo esercizi inadatti che possono causare fatica eccessiva o scarsa efficacia.	sintonia con le proprie capacità motorie e limitazioni. A volte esegue esercizi troppo complessi o intensi per il proprio livello, con il rischio di affaticamento o di lesioni.	ma talvolta fatica a regolare correttamente l'intensità o a riconoscere le proprie limitazioni. Mostra consapevolezza, ma può migliorare nell'adattamento degli esercizi.	limitazioni, con qualche piccola imprecisione nel dosare l'intensità o nella varietà degli esercizi. Mantiene un buon equilibrio tra sfida e sicurezza.	quelli più adatti alle proprie capacità e limitazioni. Sa adattare l'intensità e la durata degli esercizi per evitare sovraccarichi e migliorare la propria prestazione.	esercizi perfettamente adeguati alle proprie capacità motorie e limitazioni, adattando l'intensità e la complessità per ottimizzare il proprio sviluppo fisico.
4. Comprendere come adattare i movimenti in base all'ambiente, alle attrezzature, alle proprie capacità e all'espressività corporea	Non è in grado di adattare i movimenti all'ambiente, alle attrezzature o alle proprie capacità. L'espressività corporea è completamente	Ha difficoltà ad adattare i movimenti in base all'ambiente e alle attrezzature, con una scarsa capacità di integrare l'espressività	Comprende l'importanza dell'espressività corporea, ma ha difficoltà ad adattare i movimenti in modo adeguato in relazione all'ambiente e	Adatta i movimenti in relazione alle proprie capacità e all'ambiente, ma l'espressività corporea risulta limitata o poco sviluppata. La comunicazione	Mostra una buona capacità di adattare i movimenti all'ambiente, alle attrezzature e alle proprie capacità, integrando un'espressività corporea	Adatta i movimenti in modo consapevole in relazione all'ambiente, alle attrezzature e alle proprie capacità, mantenendo una buona	Adatta con grande abilità e consapevolezza i movimenti all'ambiente, alle attrezzature e alle proprie capacità, integrando perfettamente l'espressività



**GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI**

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	assente o errata, con movimenti rigidi e inadeguati.	corporea. I movimenti sono poco coordinati e l'espressività risulta ridotta o assente.	alle attrezzature. I movimenti sono rigidi o poco espressivi, mostrando una limitata consapevolezza del corpo.	attraverso il corpo è funzionale, ma non sempre fluida o ricca di intensità.	adeguata. I movimenti sono generalmente fluidi, ma potrebbero beneficiare di maggiore creatività o intensità espressiva.	espressività corporea. I movimenti sono efficaci, ma occasionalmente mancano di fluidità o originalità in contesti particolari.	corporea. Mostra una completa padronanza dei movimenti, che sono fluidi, creativi e rispondono in modo armonioso alle condizioni circostanti.

**(EVENTUALE) DECLINAZIONE NELLA DISCIPLINA E NELL'ANNO DI CORSO DELLA GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLE
COMPETENZE TRASVERSALI, PROFESSIONALI e/o DA CERTIFICARE**

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	NON ADEGUATO	INIZIALE	BASE	INTERMEDIO	AVANZATO
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello



MOD 2.

Attività sportive individuali

FINALITÀ

Ampliare le conoscenze teoriche e pratiche su diversi sport individuali

ARGOMENTI, TEMI ED ELEMENTI TRATTATI

Teoria, tecnica e pratica degli sport individuali (atletica leggera, pattinaggio, discipline con racchetta, nuoto, tennis, ecc)

OBIETTIVI DA VALUTARE

indicare con un asterisco (*) quelli MINIMI da perseguire

CONOSCENZE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Comprendere le caratteristiche e le regole di vari sport individuali 2. Riconoscere i benefici fisici e psicologici dell'attività sportiva. (*) 3. Comprendere l'importanza della nutrizione e dell'idratazione per le prestazioni sportive. 4. Conoscere le principali cause di infortuni e le strategie di prevenzione e recupero. 5. Comprendere il concetto di fair play e le norme etiche associate alla pratica sportiva.
ABILITÀ	<ol style="list-style-type: none"> 6. Saper eseguire tecniche di base e avanzate delle discipline sportive scelte. (*)
COMPETENZE DISCIPLINARI	<ol style="list-style-type: none"> 7. Capacità di valutare le proprie prestazioni e identificare aree di miglioramento. (*)



COMPETENZE TRASVERSALI, PROFESSIONALI e/o DA CERTIFICARE (come da registro online)	<ol style="list-style-type: none">1. Competenza2. Competenza3. Competenza4. ...
---	--

PROVE VALUTATIVE PREVISTE

N.	Periodo di svolgimento	Descrizione prova (Tipo di prova, funzione sommativa o formativa, indicazioni sull'organizzazione della verifica, carattere della prova, indicazioni sulla durata, ecc.)	Obiettivi da verificare (indicare numeri in riferimento a quanto elencato sopra)
1	Settembre -giugno	Valutazione formativa e sommativa	1,2,3,4,5,6,7
2			



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
1. Comprendere le caratteristiche e le regole di vari sport individuali	Non dimostra una conoscenza significativa delle caratteristiche e delle regole degli sport individuali. Le informazioni fornite sono scorrette o assenti.	Conosce solo alcuni aspetti basilari di uno o due sport individuali, ma mostra incertezze evidenti. Le regole sono spesso confuse o mal comprese.	Ha una conoscenza parziale e frammentaria delle caratteristiche e delle regole degli sport individuali. Commette errori frequenti nell'identificazione e nell'applicazione delle regole.	Possiede una conoscenza essenziale e corretta delle caratteristiche e delle regole di alcuni sport individuali. Applica le regole in modo generalmente corretto, con qualche imprecisione.	Conosce le caratteristiche e le regole fondamentali di più sport individuali. Mostra una buona comprensione dei principali aspetti regolamentari, anche se con qualche incertezza su elementi specifici.	Conosce in modo sicuro le caratteristiche e le regole principali di diversi sport individuali. Sa individuare somiglianze e differenze tra le discipline e applica le regole in contesti pratici.	Dimostra una conoscenza completa e approfondita delle caratteristiche e delle regole di numerosi sport individuali. Sa effettuare confronti tra diversi sport e ne comprende anche aspetti tecnici, tattici e regolamentari complessi.
2. Riconoscere i benefici fisici e psicologici dell'attività sportiva.	Non dimostra consapevolezza dei benefici dell'attività sportiva, né fisici	Identifica solo alcuni benefici fisici in modo generico. Mostra scarsa	Ha una conoscenza parziale e superficiale dei benefici	Riconosce i benefici principali dell'attività sportiva,	Conosce e descrive in modo corretto i benefici più evidenti	Ha una solida comprensione dei principali benefici dell'attività	Riconosce in modo completo e approfondito i benefici dell'attività



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	né psicologici. Le risposte sono assenti o scorrette.	consapevolezza degli effetti psicologici positivi dell'attività sportiva.	dell'attività sportiva. Confonde o semplifica eccessivamente gli effetti su corpo e mente.	soprattutto sul piano fisico. Ha una comprensione iniziale degli effetti psicologici positivi.	dell'attività sportiva, sia fisici che psicologici, anche se in modo non sempre approfondito.	sportiva. Sa distinguere tra benefici fisici e psicologici e fornisce esempi precisi e articolati.	sportiva sia sul piano fisico (salute, forma, prevenzione) sia su quello psicologico (benessere, autostima, gestione dello stress). Sa spiegare i meccanismi alla base di tali benefici.
3. Comprendere l'importanza della nutrizione e dell'idratazione per le prestazioni sportive.	Non dimostra conoscenze significative sull'argomento. Mostra idee errate o completamente assenti su	Conosce solo pochi concetti basilari, spesso in modo confuso. Fa fatica a collegare alimentazione e idratazione alle	Ha una comprensione limitata e poco articolata della relazione tra alimentazione, idratazione e sport. Le	Riconosce l'importanza generale di una buona alimentazione e di una corretta idratazione per fare sport, anche	Conosce i concetti fondamentali relativi all'alimentazione e all'idratazione nello sport. Fornisce esempi	Comprende chiaramente come nutrizione e idratazione influenzino la performance sportiva. Riconosce i	Dimostra una conoscenza approfondita della relazione tra alimentazione, idratazione e prestazioni



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	nutrizione, idratazione e sport.	prestazioni sportive.	informazioni fornite sono spesso vaghe o parzialmente corrette.	se in modo generico e con conoscenze essenziali.	corretti, anche se non sempre dettagliati o completi.	principali nutrienti e sa spiegare le buone abitudini alimentari e di idratazione prima, durante e dopo l'attività fisica.	sportive. Sa spiegare il ruolo dei diversi nutrienti, l'importanza dei tempi di assunzione e gli effetti di una corretta o scorretta idratazione sull'organismo in attività sportiva.
4. Conoscere le principali cause di infortuni e le strategie di prevenzione e recupero.	Non dimostra conoscenza significativa delle cause di infortunio né delle strategie di prevenzione e recupero. Le risposte sono	Dimostra conoscenze molto limitate. Conosce solo una o due cause generiche di infortunio e ha difficoltà a indicare strategie	Ha una comprensione parziale e superficiale dell'argomento. Conosce solo alcune cause o strategie, in modo poco	Riconosce le cause più frequenti di infortuni nello sport e conosce alcune strategie di prevenzione e recupero, anche	Ha una buona conoscenza delle cause più comuni di infortunio e delle strategie generali di prevenzione e recupero, pur senza entrare in	Comprende con sicurezza le principali cause di infortuni sportivi e conosce strategie preventive e di recupero adeguate. Sa fare	Conosce in modo approfondito le cause più comuni di infortuni sportivi, distinguendo tra infortuni traumatici e da sovraccarico. Sa



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	assenti o scorrette.	efficaci di prevenzione o recupero.	chiaro o frammentario.	se in modo generico.	profondità nei dettagli.	collegamenti coerenti tra tipi di sport, rischio e prevenzione.	spiegare dettagliatamente strategie efficaci di prevenzione (riscaldamento, allenamento corretto, uso dell'attrezzatura) e di recupero (riposo, fisioterapia, alimentazione, idratazione).
5. Comprendere il concetto di fair play e le norme etiche associate alla pratica sportiva.	Non dimostra comprensione del concetto di fair play né dei principi etici nello sport. Le risposte sono assenti, confuse o scorrette.	Conosce solo in modo vago l'idea di rispetto nello sport. Mostra difficoltà a distinguere tra comportamenti sportivi corretti e scorretti.	Ha una comprensione limitata del fair play. Conosce solo alcuni aspetti legati al rispetto delle regole, ma fatica a collegarli a	Riconosce il concetto di fair play in modo generale. Sa che nello sport è importante rispettare le regole e gli altri, anche se non	Conosce il concetto di fair play e identifica correttamente esempi di comportamento sportivo corretto. Sa distinguere tra atteggiamenti	Comprende chiaramente il significato di fair play e sa applicarlo in contesti sportivi. Riconosce comportamenti etici e non etici,	Dimostra una comprensione profonda del fair play e delle norme etiche nello sport. Riconosce situazioni complesse in cui



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
			valori etici più ampi.	sempre coglie le sfumature etiche.	rispettosi e scorretti.	mostrando sensibilità verso il rispetto delle regole e degli avversari.	sono coinvolti valori come il rispetto, la solidarietà, l'inclusione e l'integrità. Sa argomentare in modo consapevole su comportamenti corretti e scorretti.
6. Saper eseguire tecniche di base e avanzate delle discipline sportive scelte.	Non dimostra di saper eseguire correttamente le tecniche di base. L'esecuzione è assente o incoerente rispetto al gesto previsto.	Mostra difficoltà nell'esecuzione delle tecniche di base, anche se riconosce l'obiettivo del gesto. Le tecniche avanzate non	Conosce le tecniche di base ma l'esecuzione è incerta o incompleta. Le tecniche avanzate risultano poco comprensibili o mal eseguite.	Dimostra una buona esecuzione delle tecniche di base, anche se con qualche imprecisione. Le tecniche avanzate sono parzialmente	Esegue correttamente le tecniche di base e inizia a mostrare competenza in alcune tecniche avanzate, se guidato. L'esecuzione è	Applica correttamente e con sicurezza le tecniche di base e mostra buona padronanza anche nelle tecniche avanzate. Sa adattare i	Esegue con precisione, efficacia e fluidità sia le tecniche di base che quelle avanzate delle discipline sportive affrontate. Dimostra



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
		vengono applicate.		comprese ma non ancora padroneggiate.	efficace ma può mancare di fluidità o precisione nei dettagli.	movimenti alle diverse situazioni di gioco o esercizio.	autonomia, adattabilità e consapevolezza nel gesto tecnico.
7. Capacità di valutare le proprie prestazioni e identificare aree di miglioramento	Non è in grado di valutare le proprie prestazioni in modo accurato. Non riconosce le aree di miglioramento o le strategie per progredire.	Ha una comprensione limitata delle proprie prestazioni. Le aree di miglioramento non sono chiaramente identificate e le azioni correttive proposte sono deboli o poco pratiche.	Ha difficoltà a riconoscere i propri punti di forza e le aree da migliorare. L'autovalutazione è imprecisa e manca di obiettività.	Si autovaluta in modo generale, ma le analisi delle proprie prestazioni risultano superficiali. Le aree di miglioramento sono identificate in modo vago.	Riconosce i propri punti di forza e le aree di miglioramento, anche se con qualche incertezza. Sa proporre azioni generali per migliorare le proprie prestazioni.	Si autovaluta in modo efficace, comprendendo i punti di forza e le aree di miglioramento. Sa impostare piani di azione per migliorare, anche se può fare piccoli errori nell'analisi.	È in grado di autovalutarsi in modo preciso e oggettivo, analizzando in dettaglio le proprie prestazioni. Identifica con chiarezza le aree di miglioramento e propone strategie concrete e realistiche per progredire.



**(EVENTUALE) DECLINAZIONE NELLA DISCIPLINA E NELL'ANNO DI CORSO DELLA GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLE
COMPETENZE TRASVERSALI, PROFESSIONALI e/o DA CERTIFICARE**

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	NON ADEGUATO	INIZIALE	BASE	INTERMEDIO	AVANZATO
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello

MOD 3

Attività sportive di squadra

FINALITÀ

Ampliare le conoscenze teoriche e pratiche sui diversi sport di squadra

ARGOMENTI, TEMI ED ELEMENTI TRATTATI

1. Definizione e caratteristiche degli sport di squadra.
2. Differenze tra sport di squadra e sport individuali.
3. Panoramica di diverse discipline (es. calcio, pallavolo, basket, rugby).
4. Regole e strategie di gioco specifiche per ciascun sport.
5. Vantaggi per la salute fisica (resistenza, coordinazione).
6. Benefici psicologici e sociali (riduzione dello stress, senso di appartenenza).
7. Fondamenti delle tecniche specifiche per ciascun sport.



8. Comprensione dei diversi ruoli all'interno di una squadra e delle responsabilità associate.
9. Importanza della collaborazione tra i membri della squadra.
10. Concetti di fair play, rispetto per l'avversario e per le regole.
11. Discussione sull'etica nello sport e come affrontare situazioni di conflitto.

OBIETTIVI DA VALUTARE

indicare con un asterisco (*) quelli MINIMI da perseguire

CONOSCENZE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere le regole, le caratteristiche e la storia di diversi sport di squadra. (*) 2. Comprendere le tattiche e le strategie utilizzate nelle diverse discipline sportive. 3. Riconoscere i benefici fisici, psicologici e sociali legati alla pratica degli sport di squadra.
ABILITÀ	<ol style="list-style-type: none"> 4. Saper eseguire correttamente le tecniche fondamentali richieste dagli sport di squadra. (*)
COMPETENZE DISCIPLINARI	<ol style="list-style-type: none"> 5. Riconoscere e applicare i principi del fair play durante la pratica degli sport di squadra, dimostrando rispetto verso gli avversari, gli arbitri, i compagni di squadra e le regole del gioco. (*)

COMPETENZE TRASVERSALI, PROFESSIONALI e/o DA CERTIFICARE (come da registro online)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Competenza 2. Competenza 3. Competenza 4. ...
---	---



PROVE VALUTATIVE PREVISTE

N.	Periodo di svolgimento	Descrizione prova (Tipo di prova, funzione sommativa o formativa, indicazioni sull'organizzazione della verifica, carattere della prova, indicazioni sulla durata, ecc.)	Obiettivi da verificare (indicare numeri in riferimento a quanto elencato sopra)
1	Settembre-giugno	Valutazione formativa e sommativa	1,2,3,4,5
2			
3			
4			



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
1. Conoscere le regole, le caratteristiche e la storia di diversi sport di squadra.	Non ha conoscenza significativa delle regole, delle caratteristiche o della storia degli sport di squadra. Le risposte sono errate o assenti.	Conosce solo alcuni aspetti basilari di uno o due sport di squadra. Le informazioni sulle regole e la storia sono vaghe o inesatte.	Ha una conoscenza parziale delle regole e delle caratteristiche di alcuni sport di squadra. La comprensione storica è confusa o incompleta.	Riconosce e descrive correttamente le regole di base e le caratteristiche principali di alcuni sport di squadra. La conoscenza storica è limitata o superficiale.	Conosce le regole e le caratteristiche fondamentali di più sport di squadra e ha una buona comprensione della loro evoluzione storica, seppur con alcuni dettagli mancanti o imprecisioni.	Ha una conoscenza approfondita delle regole, delle caratteristiche principali e della storia di diversi sport di squadra. Mostra capacità di adattare le informazioni alle situazioni di gioco e competizione.	Conosce in modo completo e dettagliato le regole, le caratteristiche e la storia di diversi sport di squadra. È in grado di fare confronti tra sport diversi e di applicare queste conoscenze in contesti pratici.
2. Comprendere le tattiche e le strategie utilizzate nelle diverse discipline sportive.	Non ha una comprensione delle tattiche o delle strategie. Non riesce a riconoscere o applicare	Conosce solo alcuni concetti generali di tattiche o strategie, senza riuscire a descrivere	Ha una comprensione parziale delle tattiche e strategie. Le sue conoscenze sono limitate o	Conosce le tattiche di base e le strategie di alcuni sport di squadra, ma non sempre sa applicarle in	Ha una buona conoscenza delle tattiche e delle strategie generali utilizzate in diversi sport di squadra. Sa	Conosce le principali tattiche e strategie delle discipline sportive, comprendendo il loro impatto sulle	Ha una comprensione approfondita delle tattiche e strategie di diverse discipline sportive. È in



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	concetti tattici nelle situazioni di gioco.	applicazioni specifiche. Ha difficoltà a cogliere il valore strategico di certe azioni di gioco.	applicate in modo confuso e impreciso.	modo adeguato o con consapevolezza durante il gioco.	identificare alcune applicazioni pratiche, ma può mancare di profondità nell'analisi strategica.	prestazioni. Sa spiegare come applicarle in situazioni di gioco, anche se con qualche imprecisione nei dettagli.	grado di spiegare dettagliatamente le strategie utilizzate in contesti pratici e sa adattarle alle varie situazioni di gioco.
3. Riconoscere i benefici fisici, psicologici e sociali legati alla pratica degli sport di squadra.	Non dimostra una comprensione significativa dei benefici legati agli sport di squadra. Le risposte sono assenti o errate.	Conosce solo alcuni benefici generali, ma la comprensione è imprecisa e superficiale. Fatica a comprendere la connessione tra sport di squadra e benessere fisico, psicologico e sociale.	Riconosce alcuni benefici, ma in modo limitato e poco articolato. Non è sempre in grado di distinguere tra i vari aspetti fisici, psicologici e sociali.	Ha una comprensione generale dei benefici fisici, psicologici e sociali legati agli sport di squadra, ma la spiegazione è superficiale e poco dettagliata.	Conosce i principali benefici fisici, psicologici e sociali degli sport di squadra. Sa spiegare in modo adeguato come ciascun aspetto contribuisca al benessere complessivo, pur senza entrare nei dettagli più specifici.	Riconosce con chiarezza e competenza i benefici fisici, psicologici e sociali legati alla pratica degli sport di squadra, fornendo esempi concreti di come questi si manifestano nelle esperienze sportive.	Ha una comprensione completa e approfondita dei benefici fisici, psicologici e sociali derivanti dalla pratica degli sport di squadra. È in grado di spiegare dettagliatamente come ciascun tipo di beneficio influenzi il



GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
							benessere individuale e collettivo.
4. Saper eseguire correttamente le tecniche fondamentali richieste dagli sport di squadra	Non è in grado di eseguire correttamente le tecniche fondamentali degli sport di squadra. L'esecuzione è errata o assente nelle situazioni di gioco.	Mostra difficoltà nell'eseguire le tecniche fondamentali e ha poca sicurezza nell'applicarle in contesti di gioco. L'esecuzione è spesso errata o mal formulata.	Ha una comprensione limitata delle tecniche fondamentali e le esegue in modo impreciso o incompleto. La qualità delle prestazioni è inconsistente durante il gioco.	Conosce e applica le tecniche fondamentali degli sport di squadra, ma l'esecuzione è imprecisa o non sempre efficace. Le tecniche sono ancora da perfezionare.	Esegue correttamente le tecniche di base, ma può mostrare alcune imprecisioni o mancanza di fluidità. È capace di applicarle nelle situazioni di gioco, anche se a volte con qualche esitazione.	Esegue le tecniche fondamentali con grande competenza, anche se in alcune situazioni può richiedere un piccolo perfezionamento. Le tecniche sono applicate in modo efficace durante il gioco.	Esegue le tecniche fondamentali degli sport di squadra con alta precisione, fluidità e naturalezza. Le applica correttamente in contesti di gioco reali e sa adattarle alle situazioni.
5. Riconoscere e applicare i principi del fair play durante la pratica degli sport di squadra,	Non dimostra il rispetto per gli avversari, gli arbitri, i compagni o le regole del gioco.	Mostra una comprensione superficiale del fair play e ha difficoltà a rispettare le	Comprende il concetto di fair play ma ha difficoltà a mantenerlo in modo costante	Rispetta generalmente le regole e gli altri, ma può avere difficoltà a mantenere il fair	Dimostra rispetto verso gli altri e segue le regole nella maggior parte delle situazioni.	Mostra un comportamento sportivo costante e rispettoso in tutte le situazioni, con	Applica i principi del fair play in ogni situazione, mostrando un comportamento impeccabile



**GRIGLIA DI VALUTAZIONE
CONOSCENZE, ABILITÀ, COMPETENZE DISCIPLINARI**

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
dimostrando rispetto verso gli avversari, gli arbitri, i compagni di squadra e le regole del gioco.	Le sue azioni sono inadeguate o scorrette durante il gioco.	regole o gli altri, in particolare in situazioni stressanti o di competizione.	durante il gioco. Le sue azioni non sempre riflettono il rispetto per gli altri o le regole.	play in situazioni più difficili o competitive. Mostra comportamenti corretti, ma non sempre in modo costante.	L'applicazione del fair play è buona, ma può essere migliorata in momenti di alta intensità	una buona capacità di applicare i principi del fair play. È consapevole del valore del rispetto e delle regole, anche se in alcune situazioni può migliorare leggermente.	verso avversari, arbitri, compagni e regole del gioco. È un modello di rispetto e correttezza, anche in situazioni di stress o alta competizione.

**(EVENTUALE) DECLINAZIONE NELLA DISCIPLINA E NELL'ANNO DI CORSO DELLA GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLE
COMPETENZE TRASVERSALI, PROFESSIONALI e/o DA CERTIFICARE**

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	NON ADEGUATO	INIZIALE	BASE	INTERMEDIO	AVANZATO
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello



**(EVENTUALE) DECLINAZIONE NELLA DISCIPLINA E NELL'ANNO DI CORSO DELLA GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLE
COMPETENZE TRASVERSALI, PROFESSIONALI e/o DA CERTIFICARE**

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	NON ADEGUATO	INIZIALE	BASE	INTERMEDIO	AVANZATO
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello
<Descrizione obiettivo>	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello	Descrittore del livello

SEZIONE 2 – PROVA DISCIPLINARE COMUNE (maggio)

DESCRIZIONE

La prova teorica/pratica verterà sull'accertamento delle conoscenze riguardo i principali segmenti corporei e le caratteristiche tipiche delle attività sportive individuali e di squadra

ARGOMENTI, TEMI ED ELEMENTI OGGETTO DELLA VERIFICA

1. Corpo umano, espressività corporea e possibilità di movimento
2. Attività sportive individuali
3. Attività sportive di squadra

OBIETTIVI DA VALUTARE (almeno tutti gli obiettivi minimi previsti fino al periodo di svolgimento)



CONOSCENZE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le proprie potenzialità 2. Riconoscere i benefici fisici e psicologici dell'attività sportiva. 3. Conoscere le regole, le caratteristiche e la storia di diversi sport di squadra
ABILITÀ	<ol style="list-style-type: none"> 4. Saper eseguire determinati esercizi o attività fisiche per un armonico sviluppo del proprio corpo 5. Saper eseguire tecniche di base e avanzate delle discipline sportive scelte 6. Saper eseguire correttamente le tecniche fondamentali richieste dagli sport di squadra
COMPETENZE DISCIPLINARI	<ol style="list-style-type: none"> 7. Svolgere esercizi adeguati alle proprie capacità motorie e alle proprie limitazioni 8. Capacità di valutare le proprie prestazioni e identificare aree di miglioramento 9. Riconoscere e applicare i principi del fair play durante la pratica degli sport di squadra, dimostrando rispetto verso gli avversari, gli arbitri, i compagni di squadra e le regole del gioco

GRIGLIA DI VALUTAZIONE

GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE							
LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le proprie potenzialità	non ha una conoscenza significativa dei propri segmenti corporei, attitudini motorie o potenzialità fisiche. Non è consapevole delle	Conosce solo alcuni segmenti corporei e le proprie attitudini motorie in modo superficiale. Le proprie potenzialità fisiche sono poco comprese o mal	Ha una comprensione parziale del proprio corpo e delle sue attitudini motorie. Le proprie potenzialità fisiche sono poco	Conosce i segmenti corporei e le proprie attitudini motorie in modo generale. È in grado di riconoscere le proprie potenzialità	Ha una buona comprensione dei segmenti corporei e delle proprie attitudini motorie. È consapevole delle proprie potenzialità fisiche e le	Conosce molto bene i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le potenzialità fisiche. È capace di applicare questa conoscenza per	Ha una conoscenza approfondita del proprio corpo, dei segmenti corporei e delle proprie attitudini motorie. È in grado di identificare con



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	proprie capacità e difficoltà motorie.	applicate nell'attività fisica.	chiare o non sempre utilizzate in modo efficace durante le attività.	fisiche, ma fatica a sfruttarle al meglio nelle diverse situazioni motorie.	applica in modo adeguato durante l'attività fisica	ottimizzare le prestazioni in diverse attività, anche se può esserci qualche margine di miglioramento nelle scelte motorie	precisione le proprie potenzialità fisiche e di adattare alle esigenze dell'attività fisica, mostrando consapevolezza nelle scelte motorie.
Riconoscere i benefici fisici e psicologici dell'attività sportiva.	Non dimostra consapevolezza dei benefici dell'attività sportiva, né fisici né psicologici. Le risposte sono assenti o scorrette	Identifica solo alcuni benefici fisici in modo generico. Mostra scarsa consapevolezza degli effetti psicologici positivi dell'attività sportiva	Ha una conoscenza parziale e superficiale dei benefici dell'attività sportiva. Confonde o semplifica eccessivamente gli effetti su corpo e mente	Riconosce i benefici principali dell'attività sportiva, soprattutto sul piano fisico. Ha una comprensione iniziale degli effetti psicologici positivi.	Conosce e descrive in modo corretto i benefici più evidenti dell'attività sportiva, sia fisici che psicologici, anche se in modo non sempre approfondito.	Ha una solida comprensione dei principali benefici dell'attività sportiva. Sa distinguere tra benefici fisici e psicologici e fornisce esempi precisi e articolati.	Riconosce in modo completo e approfondito i benefici dell'attività sportiva sia sul piano fisico (salute, forma, prevenzione) sia su quello psicologico (benessere, autostima,



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
							gestione dello stress). Sa spiegare i meccanismi alla base di tali benefici.
Conoscere le regole, le caratteristiche e la storia di diversi sport di squadra	Non ha conoscenza significativa delle regole, delle caratteristiche o della storia degli sport di squadra. Le risposte sono errate o assenti.	Conosce solo alcuni aspetti basilari di uno o due sport di squadra. Le informazioni sulle regole e la storia sono vaghe o inesatte.	Ha una conoscenza parziale delle regole e delle caratteristiche di alcuni sport di squadra. La comprensione storica è confusa o incompleta.	Riconosce e descrive correttamente le regole di base e le caratteristiche principali di alcuni sport di squadra. La conoscenza storica è limitata o superficiale.	Conosce le regole e le caratteristiche fondamentali di più sport di squadra e ha una buona comprensione della loro evoluzione storica, seppur con alcuni dettagli mancanti o imprecisioni.	Ha una conoscenza approfondita delle regole, delle caratteristiche principali e della storia di diversi sport di squadra. Mostra capacità di adattare le informazioni alle situazioni di gioco e competizione.	Conosce in modo completo e dettagliato le regole, le caratteristiche e la storia di diversi sport di squadra. È in grado di fare confronti tra sport diversi e di applicare queste conoscenze in contesti pratici.
Saper eseguire determinati esercizi o attività fisiche per un armonico sviluppo del proprio corpo	Non è in grado di eseguire correttamente gli esercizi fisici o non comprende	Esegue gli esercizi con molte imprecisioni nella tecnica e ha poca	Ha difficoltà nell'eseguire alcuni esercizi fisici in modo	Esegue gli esercizi fisici in modo generalmente corretto, ma con	Esegue correttamente una varietà di esercizi fisici,	Esegue gli esercizi fisici in modo preciso e consapevole,	Esegue con maestria e precisione una vasta gamma di



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	come questi possano contribuire a uno sviluppo armonico del corpo. L'esecuzione è inadeguata o assente.	consapevolezza di come questi contribuiscano allo sviluppo del corpo. Mostra poca capacità di adattarsi alle proprie necessità fisiche.	corretto, con scarsa consapevolezza della tecnica e dell'intensità necessaria. Il controllo corporeo è limitato e l'efficacia degli esercizi è ridotta.	alcune imprecisioni nella tecnica o nell'intensità. Mostra consapevolezza di base dello sviluppo corporeo, ma ha bisogno di maggiore attenzione alla forma e al controllo.	sebbene con qualche imprecisione nelle tecniche o nella gestione dell'intensità. È consapevole di come questi esercizi contribuiscano allo sviluppo armonico del corpo.	mostrando un buon adattamento alle esigenze del proprio corpo. È capace di regolare l'intensità degli esercizi per favorire un equilibrio corporeo.	esercizi fisici, seguendo correttamente la tecnica e adattando l'intensità per garantire un armonico sviluppo del corpo. Mostra un ottimo controllo e consapevolezza del proprio corpo durante l'attività fisica.
Saper eseguire tecniche di base e avanzate delle discipline sportive scelte	Non dimostra di saper eseguire correttamente le tecniche di base. L'esecuzione è assente o incoerente rispetto al gesto previsto.	Mostra difficoltà nell'esecuzione delle tecniche di base, anche se riconosce l'obiettivo del gesto. Le tecniche avanzate non	Conosce le tecniche di base ma l'esecuzione è incerta o incompleta. Le tecniche avanzate risultano poco comprensibili o mal eseguite.	Dimostra una buona esecuzione delle tecniche di base, anche se con qualche imprecisione. Le tecniche avanzate sono	Esegue correttamente le tecniche di base e inizia a mostrare competenza in alcune tecniche avanzate, se guidato. L'esecuzione è	Applica correttamente e con sicurezza le tecniche di base e mostra buona padronanza anche nelle tecniche avanzate. Sa	Esegue con precisione, efficacia e fluidità sia le tecniche di base che quelle avanzate delle discipline sportive affrontate.



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
		vengono applicate.		parzialmente comprese ma non ancora padroneggiate.	efficace ma può mancare di fluidità o precisione nei dettagli.	adattare i movimenti alle diverse situazioni di gioco o esercizio.	Dimostra autonomia, adattabilità e consapevolezza nel gesto tecnico.
Saper eseguire correttamente le tecniche fondamentali richieste dagli sport di squadra	Non è in grado di eseguire correttamente le tecniche fondamentali degli sport di squadra. L'esecuzione è errata o assente nelle situazioni di gioco.	Mostra difficoltà nell'eseguire le tecniche fondamentali e ha poca sicurezza nell'applicarle in contesti di gioco. L'esecuzione è spesso errata o mal formulata.	Ha una comprensione limitata delle tecniche fondamentali e le esegue in modo impreciso o incompleto. La qualità delle prestazioni è inconsistente durante il gioco.	Conosce e applica le tecniche fondamentali degli sport di squadra, ma l'esecuzione è imprecisa o non sempre efficace. Le tecniche sono ancora da perfezionare.	Esegue correttamente le tecniche di base, ma può mostrare alcune imprecisioni o mancanza di fluidità. È capace di applicarle nelle situazioni di gioco, anche se a volte con qualche esitazione.	Esegue le tecniche fondamentali con grande competenza, anche se in alcune situazioni può richiedere un piccolo perfezionamento. Le tecniche sono applicate in modo efficace durante il gioco.	Esegue le tecniche fondamentali degli sport di squadra con alta precisione, fluidità e naturalezza. Le applica correttamente in contesti di gioco reali e sa adattare alle situazioni.
Svolgere esercizi adeguati alle proprie capacità motorie e alle proprie limitazioni	Non è in grado di eseguire esercizi adeguati alle proprie capacità motorie e limitazioni. Non	Non è sempre in grado di selezionare esercizi adeguati alle proprie	Ha difficoltà a scegliere o a eseguire esercizi che siano in sintonia con le	Svolge esercizi generalmente adeguati alle proprie capacità, ma talvolta fatica	Sceglie esercizi adeguati alle proprie capacità motorie e limitazioni, con	Svolge esercizi con consapevolezza, selezionando quelli più adatti	Sceglie e svolge con grande consapevolezza e precisione esercizi



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	ha consapevolezza delle proprie necessità fisiche e spesso sceglie esercizi inadeguati che compromettono il benessere fisico.	capacità e limitazioni. Mostra difficoltà a riconoscere i propri limiti, eseguendo esercizi inadatti che possono causare fatica eccessiva o scarsa efficacia.	proprie capacità motorie e limitazioni. A volte esegue esercizi troppo complessi o intensi per il proprio livello, con il rischio di affaticamento o di lesioni.	a regolare correttamente l'intensità o a riconoscere le proprie limitazioni. Mostra consapevolezza, ma può migliorare nell'adattamento degli esercizi.	qualche piccola imprecisione nel dosare l'intensità o nella varietà degli esercizi. Mantiene un buon equilibrio tra sfida e sicurezza.	alle proprie capacità e limitazioni. Sa adattare l'intensità e la durata degli esercizi per evitare sovraccarichi e migliorare la propria prestazione.	perfettamente adeguati alle proprie capacità motorie e limitazioni, adattando l'intensità e la complessità per ottimizzare il proprio sviluppo fisico.
Capacità di valutare le proprie prestazioni e identificare aree di miglioramento	Non è in grado di valutare le proprie prestazioni in modo accurato. Non riconosce le aree di miglioramento o le strategie per progredire.	Ha una comprensione limitata delle proprie prestazioni. Le aree di miglioramento non sono chiaramente identificate e le azioni correttive proposte sono	Ha difficoltà a riconoscere i propri punti di forza e le aree da migliorare. L'autovalutazione è imprecisa e manca di obiettività.	Si autovaluta in modo generale, ma le analisi delle proprie prestazioni risultano superficiali. Le aree di miglioramento sono identificate in modo vago.	Riconosce i propri punti di forza e le aree di miglioramento, anche se con qualche incertezza. Sa proporre azioni generali per migliorare le proprie prestazioni.	Si autovaluta in modo efficace, comprendendo i punti di forza e le aree di miglioramento. Sa impostare piani di azione per migliorare, anche se può fare piccoli errori nell'analisi.	È in grado di autovalutarsi in modo preciso e oggettivo, analizzando in dettaglio le proprie prestazioni. Identifica con chiarezza le aree di miglioramento e propone



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
		deboli o poco pratiche.					strategie concrete e realistiche per progredire.
Riconoscere e applicare i principi del fair play durante la pratica degli sport di squadra, dimostrando rispetto verso gli avversari, gli arbitri, i compagni di squadra e le regole del gioco	Non dimostra il rispetto per gli avversari, gli arbitri, i compagni o le regole del gioco. Le sue azioni sono inadeguate o scorrette durante il gioco.	Mostra una comprensione superficiale del fair play e ha difficoltà a rispettare le regole o gli altri, in particolare in situazioni stressanti o di competizione.	Comprende il concetto di fair play ma ha difficoltà a mantenerlo in modo costante durante il gioco. Le sue azioni non sempre riflettono il rispetto per gli altri o le regole.	Rispetta generalmente le regole e gli altri, ma può avere difficoltà a mantenere il fair play in situazioni più difficili o competitive. Mostra comportamenti corretti, ma non sempre in modo costante.	Dimostra rispetto verso gli altri e segue le regole nella maggior parte delle situazioni. L'applicazione del fair play è buona, ma può essere migliorata in momenti di alta intensità	Mostra un comportamento sportivo costante e rispettoso in tutte le situazioni, con una buona capacità di applicare i principi del fair play. È consapevole del valore del rispetto e delle regole, anche se in alcune situazioni può migliorare leggermente.	Applica i principi del fair play in ogni situazione, mostrando un comportamento impeccabile verso avversari, arbitri, compagni e regole del gioco. È un modello di rispetto e correttezza, anche in situazioni di stress o alta competizione.



SEZIONE 3 – PROVE ED EVENTUALE CORSO DI RECUPERO

ARGOMENTI, TEMI ED ELEMENTI OGGETTO DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

(IN RIFERIMENTO AGLI OBIETTIVI MINIMI)

1. Corpo umano, espressività corporea e possibilità di movimento
2. Attività sportive individuali
3. Attività sportive di squadra

OBIETTIVI MINIMI DA VALUTARE

CONOSCENZE	Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le proprie potenzialità.
ABILITÀ	Saper eseguire tecniche di base e avanzate delle discipline sportive scelte.
COMPETENZE DISCIPLINARI	Capacità di valutare le proprie prestazioni e identificare aree di miglioramento

GRIGLIA DI VALUTAZIONE



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le proprie potenzialità.	non ha una conoscenza significativa dei propri segmenti corporei, attitudini motorie o potenzialità fisiche. Non è consapevole delle proprie capacità e difficoltà motorie.	Conosce solo alcuni segmenti corporei e le proprie attitudini motorie in modo superficiale. Le proprie potenzialità fisiche sono poco comprese o mal applicate nell'attività fisica.	Ha una comprensione parziale del proprio corpo e delle sue attitudini motorie. Le proprie potenzialità fisiche sono poco chiare o non sempre utilizzate in modo efficace durante le attività.	Conosce i segmenti corporei e le proprie attitudini motorie in modo generale. È in grado di riconoscere le proprie potenzialità fisiche, ma fatica a sfruttarle al meglio nelle diverse situazioni motorie.	Ha una buona comprensione dei segmenti corporei e delle proprie attitudini motorie. È consapevole delle proprie potenzialità fisiche e le applica in modo adeguato durante l'attività fisica.	Conosce molto bene i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le potenzialità fisiche. È capace di applicare questa conoscenza per ottimizzare le prestazioni in diverse attività, anche se può esserci qualche margine di miglioramento nelle scelte motorie.	Ha una conoscenza approfondita del proprio corpo, dei segmenti corporei e delle proprie attitudini motorie. È in grado di identificare con precisione le proprie potenzialità fisiche e di adattare alle esigenze dell'attività fisica, mostrando consapevolezza nelle scelte motorie.
Saper eseguire tecniche di base e avanzate delle discipline sportive scelte.	Non dimostra di saper eseguire correttamente le	Mostra difficoltà nell'esecuzione delle tecniche di	Conosce le tecniche di base ma l'esecuzione è	Dimostra una buona esecuzione delle	Esegue correttamente le tecniche di base e	Applica correttamente e con sicurezza le	Esegue con precisione, efficacia e fluidità



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	tecniche di base. L'esecuzione è assente o incoerente rispetto al gesto previsto.	base, anche se riconosce l'obiettivo del gesto. Le tecniche avanzate non vengono applicate.	incerta o incompleta. Le tecniche avanzate risultano poco comprensibili o mal eseguite.	tecniche di base, anche se con qualche imprecisione. Le tecniche avanzate sono parzialmente comprese ma non ancora padroneggiate.	inizia a mostrare competenza in alcune tecniche avanzate, se guidato. L'esecuzione è efficace ma può mancare di fluidità o precisione nei dettagli.	tecniche di base e mostra buona padronanza anche nelle tecniche avanzate. Sa adattare i movimenti alle diverse situazioni di gioco o esercizio.	sia le tecniche di base che quelle avanzate delle discipline sportive affrontate. Dimostra autonomia, adattabilità e consapevolezza nel gesto tecnico.
Capacità di valutare le proprie prestazioni e identificare aree di miglioramento	Non è in grado di valutare le proprie prestazioni in modo accurato. Non riconosce le aree di miglioramento o le strategie per progredire.	Ha una comprensione limitata delle proprie prestazioni. Le aree di miglioramento non sono chiaramente identificate e le azioni correttive proposte sono	Ha difficoltà a riconoscere i propri punti di forza e le aree da migliorare. L'autovalutazione è imprecisa e manca di obiettività.	Si autovaluta in modo generale, ma le analisi delle proprie prestazioni risultano superficiali. Le aree di miglioramento sono identificate in modo vago.	Riconosce i propri punti di forza e le aree di miglioramento, anche se con qualche incertezza. Sa proporre azioni generali per migliorare le proprie prestazioni.	Si autovaluta in modo efficace, comprendendo i punti di forza e le aree di miglioramento. Sa impostare piani di azione per migliorare, anche se può fare piccoli errori nell'analisi.	È in grado di autovalutarsi in modo preciso e oggettivo, analizzando in dettaglio le proprie prestazioni. Identifica con chiarezza le aree di miglioramento e propone strategie concrete



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL PRIMO QUADRIMESTRE

LIVELLO INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
		deboli o poco pratiche.					e realistiche per progredire.

ARGOMENTI, TEMI ED ELEMENTI OGGETTO DELL'EVENTUALE CORSO DI RECUPERO E DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL SECONDO QUADRIMESTRE (INCLUSI RECUPERI DI AGOSTO)

(IN RIFERIMENTO AGLI OBIETTIVI MINIMI)

1. Corpo umano, espressività corporea e possibilità di movimento
2. Attività sportive individuali
3. Attività sportive di squadra

OBIETTIVI MINIMI DA VALUTARE

CONOSCENZE	Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le proprie potenzialità.
ABILITÀ	Saper eseguire tecniche di base e avanzate delle discipline sportive scelte.
COMPETENZE DISCIPLINARI	Capacità di valutare le proprie prestazioni e identificare aree di miglioramento

GRIGLIA DI VALUTAZIONE



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL SECONDO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
Conoscere il proprio corpo: i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le proprie potenzialità.	non ha una conoscenza significativa dei propri segmenti corporei, attitudini motorie o potenzialità fisiche. Non è consapevole delle proprie capacità e difficoltà motorie.	Conosce solo alcuni segmenti corporei e le proprie attitudini motorie in modo superficiale. Le proprie potenzialità fisiche sono poco comprese o mal applicate nell'attività fisica.	Ha una comprensione parziale del proprio corpo e delle sue attitudini motorie. Le proprie potenzialità fisiche sono poco chiare o non sempre utilizzate in modo efficace durante le attività.	Conosce i segmenti corporei e le proprie attitudini motorie in modo generale. È in grado di riconoscere le proprie potenzialità fisiche, ma fatica a sfruttarle al meglio nelle diverse situazioni motorie.	Ha una buona comprensione dei segmenti corporei e delle proprie attitudini motorie. È consapevole delle proprie potenzialità fisiche e le applica in modo adeguato durante l'attività fisica.	Conosce molto bene i segmenti corporei, le proprie attitudini motorie e le potenzialità fisiche. È capace di applicare questa conoscenza per ottimizzare le prestazioni in diverse attività, anche se può esserci qualche margine di miglioramento nelle scelte motorie.	Ha una conoscenza approfondita del proprio corpo, dei segmenti corporei e delle proprie attitudini motorie. È in grado di identificare con precisione le proprie potenzialità fisiche e di adattare alle esigenze dell'attività fisica, mostrando consapevolezza nelle scelte motorie.
Saper eseguire tecniche di base e avanzate delle discipline sportive scelte.	Non dimostra di saper eseguire correttamente le	Mostra difficoltà nell'esecuzione delle tecniche di	Conosce le tecniche di base ma l'esecuzione è	Dimostra una buona esecuzione delle	Esegue correttamente le tecniche di base e	Applica correttamente e con sicurezza le	Esegue con precisione, efficacia e fluidità



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL SECONDO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
	tecniche di base. L'esecuzione è assente o incoerente rispetto al gesto previsto.	base, anche se riconosce l'obiettivo del gesto. Le tecniche avanzate non vengono applicate.	incerta o incompleta. Le tecniche avanzate risultano poco comprensibili o mal eseguite.	tecniche di base, anche se con qualche imprecisione. Le tecniche avanzate sono parzialmente comprese ma non ancora padroneggiate.	inizia a mostrare competenza in alcune tecniche avanzate, se guidato. L'esecuzione è efficace ma può mancare di fluidità o precisione nei dettagli.	tecniche di base e mostra buona padronanza anche nelle tecniche avanzate. Sa adattare i movimenti alle diverse situazioni di gioco o esercizio.	sia le tecniche di base che quelle avanzate delle discipline sportive affrontate. Dimostra autonomia, adattabilità e consapevolezza nel gesto tecnico.
Capacità di valutare le proprie prestazioni e identificare aree di miglioramento	Non è in grado di valutare le proprie prestazioni in modo accurato. Non riconosce le aree di miglioramento o le strategie per progredire.	Ha una comprensione limitata delle proprie prestazioni. Le aree di miglioramento non sono chiaramente identificate e le azioni correttive proposte sono	Ha difficoltà a riconoscere i propri punti di forza e le aree da migliorare. L'autovalutazione è imprecisa e manca di obiettività.	Si autovaluta in modo generale, ma le analisi delle proprie prestazioni risultano superficiali. Le aree di miglioramento sono identificate in modo vago.	Riconosce i propri punti di forza e le aree di miglioramento, anche se con qualche incertezza. Sa proporre azioni generali per migliorare le proprie prestazioni.	Si autovaluta in modo efficace, comprendendo i punti di forza e le aree di miglioramento. Sa impostare piani di azione per migliorare, anche se può fare piccoli errori nell'analisi.	È in grado di autovalutarsi in modo preciso e oggettivo, analizzando in dettaglio le proprie prestazioni. Identifica con chiarezza le aree di miglioramento e propone strategie concrete



GRIGLIA DI VALUTAZIONE DELLA VERIFICA DI RECUPERO DEL SECONDO QUADRIMESTRE

<u>LIVELLO</u> INDICATORE	SCARSO	INSUFFICIENTE	SUFFICIENTE	DISCRETO	BUONO	OTTIMO	COMPLETO
		deboli o poco pratiche.					e realistiche per progredire.