

**UNITÀ DI APPRENDIMENTO
SCUOLA SECONDARIA
EDUCAZIONE FISICA
ANNO SCOLASTICO 2023 2024**

TUTTE LE CLASSI E SEZIONI DELLE PRIME MEDIE	PLESSO CENTRALE FOCENE
INSEGNANTI MIANI STEFANO E BOEMIO ELVIRA	DISCIPLINA EDUCAZIONE FISICA

TITOLO: LA COORDINAZIONE MOTORIA E CAPACITA' CONDIZIONALI

COLLEGAMENTI INTERDISCIPLINARI/MULTIPLIDISCIPLARI

COMPETENZE	
x	Comunicazione nella madrelingua
	Comunicazione nelle lingue straniere
	Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia
	Competenza digitale
x	Imparare ad imparare
x	Competenze sociali e civiche
	Spirito di iniziativa e imprenditorialità
	Consapevolezza ed espressione culturale

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	
NUCLEO FONDANTE	
CONOSCENZE	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinazione generale • Ritmo • Equilibrio • Destrezza • Lateralizzazione • Conoscere le caratteristiche della capacità fisica resistenza. • Saper misurare il battito cardiaco a riposo e dopo sforzo. • Riconoscere le caratteristiche che influenzano le prestazioni.
ABILITÀ	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare capacità coordinative e condizionali adattandole alle situazioni. • Utilizzare efficacemente le capacità motori, per un ordinato

PREREQUISITI
<ul style="list-style-type: none"> • Camminare • Correre • Salire e scendere • Saltare • Arrampicarsi • Lanciare • Afferrare.

TEMPI
Settembre, primi di ottobre

ATTIVITÀ
<p>Esercizi a corpo libero e con gli attrezzi, circuiti misti, percorsi, giochi motori e pre-sportivi con e senza palla</p> <p>Esercizi di equilibrio statico e dinamico sotto forma ludica</p> <p>Esercizi di coordinazione generale, di Destrezza.</p> <p>Esercizi a corpo libero e con gli attrezzi Skip, balzi, corse</p> <p>Staffette, circuiti misti, giochi di gruppo finalizzati e presportivi.</p> <p>Esercitazioni sulla corsa prolungata a tempo con cambi di ritmo</p> <p>Staffette, giochi di gruppo e pre-sportivi</p> <p>Esercizi a corpo libero e con gli attrezzi a carico naturale. Stazioni di lavoro, giochi di gruppo finalizzati e pre- sportivi</p>

STRUMENTI	
	Libri di testo
	Altro materiale cartaceo
	Software didattici
	Monitor
x	Materiale digitale
	Altro

METODOLOGIE	
x	Lezione frontale
x	Cooperative learning
	Peer education
x	Attività ludiche digitali e non
	Gamification della didattica
x	Problem solving
	Brainstorming
	Uso di tecnologie multimediali
	Attività laboratoriali

Verifiche (cartacee e/o digitali)	
	PROVE NON STRUTTURATE
	PROVE STRUTTURATE O PROVE OGGETTIVE <ul style="list-style-type: none"> • Test motori. • Verifica sulle modalità di movimento
	PROVE SEMISTRUTTURATE
Valutazione Scuola Primaria	
Griglie di valutazione disciplinari	
Griglie di valutazione delle competenze trasversali (compiti di realtà)	

Valutazione Scuola Secondaria

Griglie di valutazione disciplinari

Griglie di valutazione delle competenze trasversali (compiti di realtà)

Il Dipartimento di Scienze Motorie

LA CONSEGNA AGLI STUDENTI (FACOLTATIVA)

Per “consegna” si intende *il documento che il docente presenta agli studenti, sulla base del quale essi si attivano realizzando il prodotto nei tempi e nei modi definiti, tenendo presente anche i criteri di valutazione.*

1^ nota: il linguaggio deve essere accessibile, comprensibile, semplice e concreto.

2^ nota: l’Uda prevede dei compiti/problema che per certi versi sono “oltre misura” ovvero richiedono agli studenti competenze e loro articolazioni (conoscenze, abilità, capacità) che ancora non possiedono, ma che possono acquisire autonomamente. Ciò in forza della potenzialità del metodo laboratoriale che porta alla scoperta ed alla conquista personale del sapere.

3^ nota: l’Uda mette in moto processi di apprendimento che non debbono solo rifluire nel “prodotto”, ma fornire spunti ed agganci per una ripresa dei contenuti attraverso la riflessione, l’esposizione, il consolidamento di quanto appreso.

CONSEGNA AGLI STUDENTI

Titolo Uda Sapersi orientare nello spazio e nel tempo

Cosa si chiede di fare.....

Quali prodotti.....

Tempi.....

Risorse (strumenti, consulenze, opportunità...).....

Criteri di valutazione (griglia di osservazione predisposta dal docente in base al compito)