

UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
DISCIPLINA	<b>EDUCAZIONE FISICA</b>
NUMERO UNITÀ D'APPRENDIMENTO	<b>1</b>
DATI IDENTIFICATIVI	
TITOLO	<b>Misuro le mie capacità attraverso i test motori</b>
ANNO SCOLASTICO	2022/2023
CLASSI / ALUNNI COINVOLTI	SECONDE
DOCENTI COINVOLTI	Docenti di educazione fisica
ARTICOLAZIONE DELL'UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
OBIETTIVI DELLE INDICAZIONI PER IL CURRICOLO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</li> <li>• Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione all'attività richiesta.</li> <li>• Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro.</li> <li>• Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</li> </ul>
OBIETTIVI FORMATIVI	<p style="text-align: center;"><b>CONOSCENZE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere le principali parti del corpo umano</li> <li>• Conoscere i movimenti e le posizioni fondamentali</li> <li>• Conoscere le caratteristiche di un test</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>ABILITÀ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper utilizzare il proprio corpo in movimento con la consapevolezza dei propri limiti e delle proprie potenzialità</li> <li>• Essere in grado di rilevare i propri progressi</li> <li>• Essere consapevoli della propria struttura corporea</li> </ul>

MEDIAZIONE / ORGANIZZAZIONE DIDATTICA	
TEMPI (DURATA UA)	ottobre-novembre
METODI	Lezioni frontali e dialogate, brainstorming, lezioni pratiche e/o laboratoriali, lavori di gruppo ( <i>cooperative learning</i> ). Osservazione dell'alunno in situazione, confrontando il livello di partenza con quello finale. Somministrazione di test d'ingresso atti a valutare la singola capacità motoria.
CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI	
<p><b>Valutazione delle prove pratiche:</b> misurazione dei test; esecuzione dei test; raccolta, tabulazione dei dati</p> <p><b>Osservazioni sistematiche:</b> analisi degli interventi degli alunni durante le lezioni, controllo del livello generale di comprensione degli argomenti svolti (anche attraverso verifiche orali o test scritti) e di una consapevole autovalutazione.</p> <p><b>Autovalutazione del risultato ottenuto:</b> autoanalisi e riflessione sul livello di competenza raggiunto; riconoscimento dei punti di forza e di debolezza del lavoro svolto e individuazione di un percorso di miglioramento</p> <p><b>Criteri di valutazione per il raggiungimento degli obiettivi</b></p> <p>Nella valutazione si terrà in considerazione: del livello di partenza, delle capacità motorie soggettive, della progressione nell'apprendimento, della volontà e dell'impegno dimostrati durante le lezioni, della partecipazione al dialogo educativo, inteso come abitudine alla lealtà, alla socialità ed alla correttezza reciproca (comportamento in palestra e nei confronti dei compagni), la costituzione fisica e le particolari situazioni personali di salute</p> <p><b>Gli alunni che non si avvalgono della pratica delle lezioni (esonerati o giustificati) avranno compiti di assistenza al docente e saranno valutati in base all'impegno dimostrato, alla partecipazione al dialogo educativo e al grado di apprendimento degli argomenti teorici trattati (C.M. 216 del 17/07/87).</b></p>	

UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
DISCIPLINA	EDUCAZIONE FISICA
NUMERO UNITÀ D'APPRENDIMENTO	2
DATI IDENTIFICATIVI	
TITOLO	<b>Divertiamoci correndo: prepariamo la campestre!</b>
ANNO SCOLASTICO	2022/2023
CLASSI / ALUNNI COINVOLTI	SECONDE
DOCENTI COINVOLTI	Docenti di educazione fisica
ARTICOLAZIONE DELL'UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
OBIETTIVI DELLE INDICAZIONI PER IL CURRICOLO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</li> <li>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</li> <li>Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</li> <li>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</li> </ul>
OBIETTIVI FORMATIVI	<p style="text-align: center;"><b>CONOSCENZE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conoscere le caratteristiche della capacità di resistenza</li> <li>Saper misurare il battito cardiaco a riposo e dopo lo sforzo</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>ABILITÀ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fare un'esperienza di un'attività aerobica e imparare a leggere i messaggi del corpo</li> <li>Saper mantenere un impegno prolungato nel tempo, manifestando autocontrollo del proprio corpo nella sua funzionalità cardio-respiratoria e muscolare</li> <li>Essere in grado di gestire la fatica percependo il ritmo più adatto alle proprie possibilità</li> <li>Trovare piacevole correre o fare attività fisica insieme ai compagni</li> <li>Essere in grado di portare a termine un obiettivo prefissato: partecipare alla corsa campestre d'istituto</li> </ul>

MEDIAZIONE / ORGANIZZAZIONE DIDATTICA	
TEMPI (DURATA UA)	ottobre-novembre-dicembre
METODI	Allenare la resistenza attraverso il metodo continuo (graduale a difficoltà crescente, la corsa con brevi variazioni di ritmo, il "fartlek"; il circuito,) e il metodo intervallato (alternanza tra attività e recupero: percorso con andature percorso con abilità motorie, staffetta a tempo, circuito). Giochi e circuiti con base di resistenza Lezioni frontali dialogate, brainstorming, lezioni pratiche e/o laboratoriali, lavori di gruppo ( <i>cooperative learning</i> ), osservazioni tra pari.
CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI	
<p><b>Valutazione delle prove pratiche:</b> test di Cooper modificato e la corsa campestre d'istituto</p> <p><b>Osservazioni sistematiche:</b> verifica di abilità attraverso esercitazioni a difficoltà crescente, rilevazione di prestazioni qualitative, come l'accuratezza della tecnica di corsa, la capacità di elaborare scelte tattiche in gara, analisi degli interventi degli alunni durante le lezioni, controllo del livello generale di comprensione degli argomenti svolti (anche attraverso verifiche orali o test scritti) e per rilevare l'impegno e la partecipazione al dialogo educativo, inteso come abitudine alla lealtà, alla socialità ed alla correttezza reciproca (comportamento in palestra e nei confronti dei compagni) e per raggiungere anche una consapevole autovalutazione.</p> <p><b>Autovalutazione del risultato ottenuto:</b> autoanalisi e riflessione sul livello di competenza raggiunto; riconoscimento dei punti di forza e di debolezza del lavoro svolto e individuazione di un percorso di miglioramento</p> <p><b>Criteri di valutazione per il raggiungimento degli obiettivi</b></p> <p>Nella valutazione si terrà in considerazione: del livello di partenza, delle capacità soggettive, della progressione nell'apprendimento, della volontà e dell'impegno dimostrati durante le lezioni, della partecipazione al dialogo educativo, inteso come abitudine alla lealtà, alla socialità ed alla correttezza reciproca (comportamento in palestra e nei confronti dei compagni), la costituzione fisica e le particolari situazioni personali di salute</p> <p><b>Gli alunni che non si avvalgono della pratica delle lezioni (esonerati o giustificati) avranno compiti di assistenza al docente e saranno valutati in base all'impegno dimostrato, alla partecipazione al dialogo educativo e al grado di apprendimento degli argomenti teorici trattati (C.M. 216 del 17/07/87).</b></p>	

UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
DISCIPLINA	EDUCAZIONE FISICA
NUMERO UNITÀ D'APPRENDIMENTO	3
DATI IDENTIFICATIVI	
TITOLO	IMPARIAMO A COORDINARE I MOVIMENTI
ANNO SCOLASTICO	2022/2023
CLASSI / ALUNNI COINVOLTI	SECONDE
DOCENTI COINVOLTI	Docenti di educazione fisica
ARTICOLAZIONE DELL'UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
OBIETTIVI DELLE INDICAZIONI PER IL CURRICOLO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare le capacità coordinative per risolvere situazioni nuove e inusuali</li> <li>• Saper utilizzare e trasferire l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali</li> <li>• Saper utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva</li> <li>• Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti</li> </ul>
OBIETTIVI FORMATIVI	<p style="text-align: center;"><b>CONOSCENZE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere il concetto di coordinazione.</li> <li>• Conoscere le capacità coordinative generali e speciali.</li> <li>• Conoscere le modalità di apprendimento delle capacità coordinative.</li> <li>• Conoscere le fasi dell'apprendimento motorio</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>ABILITÀ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizzare le diverse capacità coordinative</li> <li>• Allenare le capacità coordinative</li> <li>• Realizzare movimenti che richiedono di associare/dissociare le diverse parti del corpo</li> <li>• Realizzare movimenti che richiedono di associare la vista con movimenti di parti del corpo</li> </ul>
MEDIAZIONE / ORGANIZZAZIONE DIDATTICA	
TEMPI (DURATA UA)	Per tutto l'anno scolastico, trasversalmente agli altri obiettivi
METODI	<p>Verrà privilegiato l'apprendimento in forma globale, alternato, a seconda delle esigenze, con quello analitico. Approccio per prova ed errori.</p> <p>Nel corso delle attività verranno adoperate differenti strategie, al fine di rendere motivante l'attività. Saranno quindi utilizzate forme di lavoro graduale a difficoltà crescente, attività individuali, a coppie, a piccoli gruppi, in circuito, giochi.</p> <p>Lezioni frontali dialogate, brainstorming, lezioni pratiche e/o laboratoriali, lavori di gruppo (<i>cooperative learning</i>), osservazione tra pari.</p>
CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI	
<p><b>Valutazione delle prove pratiche:</b> verificare l'abilità motoria acquisita e rilevare prestazioni qualitative attraverso l'osservazione dell'accuratezza della tecnica del gesto motorio con attività a difficoltà crescenti.</p> <p><b>Osservazioni sistematiche:</b> analisi degli interventi degli alunni durante le lezioni, controllo del livello generale di comprensione degli argomenti svolti (anche attraverso verifiche orali o test scritti) e di una consapevole autovalutazione.</p> <p><b>Autovalutazione del risultato ottenuto:</b> autoanalisi e riflessione sul livello di competenza raggiunto; riconoscimento dei punti di forza e di debolezza del lavoro svolto e individuazione di un percorso di miglioramento</p> <p><b>Criteri di valutazione per il raggiungimento degli obiettivi</b></p> <p>Nella valutazione si terrà in considerazione: del livello di partenza, delle capacità soggettive, della progressione nell'apprendimento, della volontà e dell'impegno dimostrati durante le lezioni, della partecipazione al dialogo educativo, inteso come abitudine alla lealtà, alla socialità ed alla correttezza reciproca (comportamento in palestra e nei confronti dei compagni), la costituzione fisica e le particolari situazioni personali di salute</p> <p><b>Gli alunni che non si avvalgono della pratica delle lezioni (esonerati o giustificati) avranno compiti di assistenza al docente e saranno valutati in base all'impegno dimostrato, alla partecipazione al dialogo educativo e al grado di apprendimento degli argomenti teorici trattati (C.M. 216 del 17/07/87).</b></p>	

UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
DISCIPLINA	EDUCAZIONE FISICA
NUMERO UNITÀ D'APPRENDIMENTO	4
dati identificativi	
TITOLO	IN SQUADRA SI COLLABORA: il gioco, lo sport, le regole e il fair play
ANNO SCOLASTICO	2022/2023
CLASSI / ALUNNI COINVOLTI	SECONDE
DOCENTI COINVOLTI	Docenti di educazione fisica
ARTICOLAZIONE DELL'UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
OBIETTIVI DELLE INDICAZIONI PER IL CURRICOLO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra</li> <li>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti</li> <li>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro</li> <li>Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro</li> </ul>
OBIETTIVI FORMATIVI	<p style="text-align: center;"><b>CONOSCENZE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conoscere le principali regole e caratteristiche di svolgimento dei principali giochi sportivi.</li> <li>Conoscere i fondamentali dei principali giochi sportivi e semplici strategie di gioco</li> <li>Conoscere il concetto di sport, la carta del Fair Play, la carta del tifoso, la carta dei diritti del ragazzo nello sport, il manifesto delle PAROLE O-STILI</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>ABILITÀ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici.</li> <li>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto.</li> <li>Applicare correttamente le regole assumendo anche il ruolo di arbitro.</li> <li>Gestire le situazioni competitive in gara e non con consapevolezza autocontrollo e rispetto per l'altro, in caso sia di vittoria sia di sconfitta.</li> <li>Riconoscere e sfruttare i punti di forza del proprio gruppo e quelli di debolezza degli avversari.</li> </ul>
MEDIAZIONE / ORGANIZZAZIONE DIDATTICA	
TEMPI (DURATA UA)	Per tutto l'anno scolastico, in forma interdisciplinare in collegamento ai progetti d'istituto, all'educazione civica e ai compiti autentici
METODI	Metodo globale-analitico-globale. Attività graduale a difficoltà crescente, propedeutica all'apprendimento dei fondamentali individuali degli sport affrontati. Riflessione condivisa. Lezioni frontali e dialogate, lezioni pratiche e/o laboratoriali, lavori di gruppo ( <i>cooperative learning</i> )
CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI	
<p><b>Valutazione delle prove pratiche:</b> per la verifica di abilità motoria acquisita, attraverso attività a difficoltà crescenti e l'osservazione delle tecniche apprese dei fondamentali individuali dei vari giochi sportivi affrontati.</p> <p><b>Osservazioni sistematiche:</b> interazione con i compagni di squadra; aiuto ai compagni in difficoltà; capacità di prevedere le conseguenze del proprio comportamento; rispetto dei ruoli assegnati e capacità di portare a termine i compiti assunti; disponibilità a lavorare con tutti; riconoscimento dei meriti dei compagni nel raggiungimento dell'obiettivo; analisi degli interventi degli alunni durante le lezioni, controllo del livello generale di comprensione degli argomenti svolti (anche attraverso verifiche orali o test scritti) per una consapevole autovalutazione.</p> <p><b>Autovalutazione del risultato ottenuto:</b> autoanalisi e riflessione sul livello di competenza raggiunto; riconoscimento dei punti di forza e di debolezza del lavoro svolto e individuazione di un percorso di miglioramento</p> <p><b>Criteri di valutazione per il raggiungimento degli obiettivi</b></p> <p>Nella valutazione si terrà in considerazione: del livello di partenza, delle capacità soggettive, della progressione nell'apprendimento, della volontà e dell'impegno dimostrati durante le lezioni, della partecipazione al dialogo educativo, inteso come abitudine alla lealtà, alla socialità ed alla correttezza reciproca (comportamento in palestra e nei confronti dei compagni), la costituzione fisica e le particolari situazioni personali di salute.</p> <p><b>Gli alunni che non si avvalgono della pratica delle lezioni (esonerati o giustificati) avranno compiti di assistenza al docente e saranno valutati in base all'impegno dimostrato, alla partecipazione al dialogo educativo e al grado di apprendimento degli argomenti teorici trattati (C.M. 216 del 17/07/87)</b></p>	

UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
DISCIPLINA	EDUCAZIONE FISICA
NUMERO UNITÀ D'APPRENDIMENTO	5
DATI IDENTIFICATIVI	
TITOLO	<b>Prepariamoci alla giornata dell'Atl-Etica!</b>
ANNO SCOLASTICO	2022/2023
CLASSI / ALUNNI COINVOLTI	SECONDE
DOCENTI COINVOLTI	Docenti di educazione fisica
ARTICOLAZIONE DELL'UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
OBIETTIVI DELLE INDICAZIONI PER IL CURRICOLO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</li> <li>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</li> <li>Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</li> <li>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</li> </ul>
OBIETTIVI FORMATIVI	<p style="text-align: center;"><b>CONOSCENZE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conoscere i regolamenti e la tecnica di esecuzione delle specialità affrontate durante le lezioni</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>ABILITÀ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Saper riconoscere i propri limiti</li> <li>Essere in grado di dare il meglio di se stessi nel confronto con gli altri</li> <li>Ricerca ed acquisizione gesti motori adeguati al conseguimento di una corretta tecnica di esecuzione</li> <li>Trovare piacevole fare attività fisica insieme ai compagni</li> <li>Essere in grado di portare a termine un obiettivo prefissato: partecipare alle gare d'istituto</li> </ul>

MEDIAZIONE / ORGANIZZAZIONE DIDATTICA	
TEMPI (DURATA UA)	marzo-maggio
METODI	<p>Verrà privilegiato l'apprendimento in forma globale, alternato, a seconda delle esigenze, con quello analitico. Approccio per prova ed errori.</p> <p>Nel corso delle attività verranno adoperate differenti strategie, al fine di rendere motivante l'attività. Saranno quindi utilizzate forme di lavoro graduale a difficoltà crescente.</p> <p>Lezioni frontali e dialogate, lezioni pratiche e/o laboratoriali, lavori di gruppo (<i>cooperative learning</i>)</p>
CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI	
<p><b>Valutazione delle prove pratiche:</b> per la verifica di abilità motoria acquisita attraverso rilevamenti cronometrici, misure verificabili oggettivamente ed attività a difficoltà crescenti, per rilevare prestazioni qualitative, come l'accuratezza della tecnica delle specialità affrontate durante le lezioni e la capacità di elaborare scelte tattiche in gara.</p> <p><b>Osservazioni sistematiche:</b> analisi degli interventi degli alunni durante le lezioni, controllo del livello generale di comprensione degli argomenti svolti (anche attraverso verifiche orali o test scritti) e per raggiungere una consapevole autovalutazione.</p> <p><b>Autovalutazione del risultato ottenuto:</b> autoanalisi e riflessione sul livello di competenza raggiunto; riconoscimento dei punti di forza e di debolezza del lavoro svolto e individuazione di un percorso di miglioramento</p> <p><b>Criteri di valutazione per il raggiungimento degli obiettivi</b></p> <p>Nella valutazione si terrà in considerazione: del livello di partenza, delle capacità soggettive, della progressione nell'apprendimento, della volontà e dell'impegno dimostrati durante le lezioni, della partecipazione al dialogo educativo, inteso come abitudine alla lealtà, alla socialità ed alla correttezza reciproca (comportamento in palestra e nei confronti dei compagni), la costituzione fisica e le particolari situazioni personali di salute</p> <p><b>Gli alunni che non si avvalgono della pratica delle lezioni (esonerati o giustificati) avranno compiti di assistenza al docente e saranno valutati in base all'impegno dimostrato, alla partecipazione al dialogo educativo e al grado di apprendimento degli argomenti teorici trattati (C.M. 216 del 17/07/87).</b></p>	

UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
DISCIPLINA	<b>EDUCAZIONE FISICA</b>
NUMERO UNITÀ D'APPRENDIMENTO	<b>6</b>
DATI IDENTIFICATIVI	
TITOLO	<b>Salute, Benessere &amp; Sicurezza: adottato uno stile di vita sano e sicuro (postura, primo soccorso, alimentazione e star bene)</b>
ANNO SCOLASTICO	2022/2023
CLASSI / ALUNNI COINVOLTI	SECONDE
DOCENTI COINVOLTI	Docenti di educazione fisica
ARTICOLAZIONE DELL'UNITÀ DI APPRENDIMENTO	
OBIETTIVI DELLE INDICAZIONI PER IL CURRICOLO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni, anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</li> <li>• Saper intervenire nei principali casi di primo soccorso.</li> <li>• Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</li> <li>• Applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare</li> <li>• Elaborare una strategia personale per l'acquisizione di un corretto stile di vita.</li> <li>• Favorire iniziative di promozione della salute.</li> </ul>
OBIETTIVI FORMATIVI	<p style="text-align: center;"><b>CONOSCENZE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere i cambiamenti fisici della preadolescenza.</li> <li>• Conoscere la colonna vertebrale, le alterazioni scheletriche e i vizi del portamento.</li> <li>• Conoscere i principali effetti del movimento sui più importanti apparati.</li> <li>• Conoscere le strategie per mantenersi in forma.</li> <li>• Conoscere il concetto di salute dinamica: il movimento come prevenzione e l'importanza di una sana alimentazione</li> <li>• Conoscere gli alimenti e le loro caratteristiche.</li> <li>• Conoscere le buone e le cattive abitudini nell'alimentazione.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>ABILITÀ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riconoscere corrette e scorrette posture su se stessi e sui compagni.</li> <li>• Controllare volontariamente la propria postura.</li> <li>• Praticare attività di movimento per mantenere e migliorare il proprio benessere.</li> <li>• Operare scelte consapevoli riguardanti la propria alimentazione.</li> <li>• Controllare la respirazione per migliorare il proprio livello di rilassamento.</li> <li>• Seguire corrette abitudini di vita.</li> </ul>

MEDIAZIONE / ORGANIZZAZIONE DIDATTICA	
TEMPI (DURATA UA)	Per tutto l'anno scolastico, in forma interdisciplinare in collegamento ai progetti d'istituto, all'educazione civica e ai compiti autentici
METODI	Lezioni frontali e dialogate, lezioni pratiche e/o laboratoriali, lavori di gruppo ( <i>cooperative learning</i> ). Riflessione condivisa.
CONTROLLO DEGLI APPRENDIMENTI	
<p><b>Valutazione della prova finale:</b> progettazione dell'attività, organizzazione dell'attività proposta, promozione dell'attività scelta, attività di sensibilizzazione sull'importanza di svolgere regolarmente attività fisica, gestione del gruppo d'interesse.</p> <p><b>Osservazioni sistematiche:</b> applicazione delle conoscenze teoriche nel ricercare posture adeguate alle situazioni; conoscenza degli effetti del movimento sull'organismo, dell'importanza di una sana alimentazione, di un buon riposo e di una corretta respirazione; capacità di condividere quanto imparato riguardo al concetto di benessere; messa in pratica di attività volte a raggiungere, mantenere o ristabilire il proprio benessere; applicazione di principi base di una sana alimentazione; messa in pratica di principi base di un buon riposo; utilizzo della respirazione per rilassarsi; analisi degli interventi degli alunni durante le lezioni, controllo del livello generale di comprensione degli argomenti svolti (anche attraverso verifiche orali o test scritti) per una consapevole autovalutazione</p> <p><b>Autovalutazione del risultato ottenuto:</b> autoanalisi e riflessione sul livello di competenza raggiunto; riconoscimento dei punti di forza e di debolezza del lavoro svolto e individuazione di un percorso di miglioramento</p> <p><b>Criteri di valutazione per il raggiungimento degli obiettivi</b></p>	

Nella valutazione si terrà in considerazione: del livello di partenza, delle capacità soggettive, della progressione nell'apprendimento, della volontà e dell'impegno dimostrati durante le lezioni, della partecipazione al dialogo educativo, inteso come abitudine alla lealtà, alla socialità ed alla correttezza reciproca (comportamento in palestra e nei confronti dei compagni), la costituzione fisica e le particolari situazioni personali di salute

**Gli alunni che non si avvalgono della pratica delle lezioni (esonerati o giustificati) avranno compiti di assistenza al docente e saranno valutati in base all'impegno dimostrato, alla partecipazione al dialogo educativo e al grado di apprendimento degli argomenti teorici trattati (C.M. 216 del 17/07/87).**