

I.C. _____

PROGETTAZIONE INTEGRATA PER COMPETENZE

ANNO SCOLASTICO 20___/20___

CLASSE___ SEZIONE ___

DISCIPLINA: _____

DOCENTE: _____

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA

1.1. Profilo generale della classe:

1.2 Alunni con bisogni educativi speciali (DSA, DVA, BES non certificati)

Sono presenti n.____ alunni con bisogni educativi speciali di cui n.____ con DSA, n.____ con BES non certificati e n.____ DVA

Per tali alunni saranno predisposti interventi personalizzati e/o individualizzati attraverso strategie mirate e alternative.

1.3 Livelli di partenza rilevati

Livello avanzato 9/10 : armoniosa organizzazione psicomotoria ed eccellente padronanza delle modalità di esecuzione del gesto motorio. Ottime conoscenze pregresse.

Livello intermedio (7/8) : corretta organizzazione psicomotoria e buona padronanza delle modalità di esecuzione del gesto motorio. Buone conoscenze pregresse.

Livello base (6) : accettabile organizzazione psicomotoria e sufficiente padronanza delle modalità di esecuzione del gesto motorio. Adeguate conoscenze pregresse .

Livello iniziale (4/5) : scarsa o approssimativa organizzazione psicomotoria, insufficiente padronanza delle modalità di esecuzione del gesto motorio. Superficiali conoscenze pregresse. Si rifiuta di partecipare a ogni attività proposta.

Livello iniziale	Livello base	Livello intermedio	Livello avanzato
N.	N.	N.	N.

1.4 STRATEGIE ED INTERVENTI PER IL POTENZIAMENTO, IL CONSOLIDAMENTO ED IL RECUPERO

Gruppi di livello	STRATEGIE DA UTILIZZARE IN DIVERSI AMBIENTI
POTENZIAMENTO (LIVELLO AVANZATO)	<ul style="list-style-type: none"> • aumento dell'intensità e della complessità delle esercitazioni per acquisire una sempre maggiore precisione del gesto finalizzato al raggiungimento di una efficace ed efficiente prestazione motoria.
CONSOLIDAMENTO (LIVELLO INTERMEDIO)	<ul style="list-style-type: none"> • esercizi più specifici per stimolare ed allenare le capacità coordinative che permetteranno la strutturazione delle abilità motorie.
RECUPERO (LIVELLO INIZIALE-BASE)	<ul style="list-style-type: none"> • lavoro sugli schemi di movimento sulle quali successivamente si andranno a costruire abilità più complesse e specifiche tramite tutta una vasta serie di esercizi mirati e ove possibile giochi motori.

2. ITINERARIO DIDATTICO-EDUCATIVO



Unità di apprendimento
Titolo: Star bene in salute
N.9 ore (6 + 3 verifiche)

E' importante sviluppare la competenza del sapere interpretare le informazioni per imparare a saper scegliere, nella moltitudine di dati che ci vengono offerti anche dal web, quelle che si ritengono più importanti per la propria crescita. Esperienze motorie, dunque, come prevenzione di ipocinesi, cattive abitudini alimentari, utilizzo di sostanze che inducono dipendenza.

Competenze chiave:

Competenza imprenditoriale

-Competenza digitale;

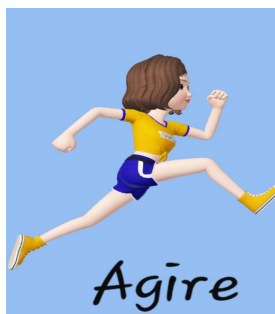
Traguardi di competenze attese:

- L'alunno agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.

-L'alunno riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo.

Nucleo concettuale fondante	Obiettivo di apprendimento	Contenuti	Attività	Metodologia, mezzi e strumenti	Verifica e valutazione della competenza attesa
N.1 Salute e	Conoscenze Conoscere la postura corretta	Il concetto di salute dinamica	Consigli pratici per l'igiene personale e posturale	Metodologie -Didattica metacognitiva -Mastery Learning	Si verificherà e valuterà: -il livello di <i>conoscenze</i> e di <i>abilità</i> attraverso prove strutturate

<p><i>benessere, prevenzione e sicurezza</i></p>	<p>del corpo e le patologie del rachide</p> <p>Conoscere le norme igieniche da osservare prima e dopo l'allenamento</p> <p>Conoscere le regole per muoversi in sicurezza nei vari ambienti</p> <p>Abilità Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p>	<p>Buone e cattive abitudini negli ambienti dello sport</p> <p>La postura della salute</p>	<p>Le regole da osservare per evitare pericoli nei vari ambienti</p>	<p>-Metodo della ricerca -Lezione dialogata</p> <p>DDI: -Didattica breve -Flipped Classroom -Debate</p> <p>Mezzi e strumenti :</p> <p>Piattaforma G-suite, contenuti digitali integrativi dei libri di testo, software (padlet , creately), applicazioni benessere, strumenti utili all'attività da eseguire</p>	<p><input type="checkbox"/> semi-strutturate <input type="checkbox"/> scritte <input type="checkbox"/> orali <input type="checkbox"/> pratiche <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>-il <i>processo di apprendimento attraverso</i></p> <p><input type="checkbox"/> osservazioni sistematiche individuali e di gruppo <input type="checkbox"/> rubriche di valutazione <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>-Il <i>prodotto attraverso</i></p> <p><input type="checkbox"/> compito di realtà <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>- <i>autovalutazione attraverso</i></p> <p><input type="checkbox"/> domande guida <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>Per ogni verifica verrà costruita una rubrica di valutazione contenente i descrittori e gli indicatori di livello.</p>
--	--	--	--	---	---



Unità di apprendimento
Titolo: Alla scoperta del movimento consapevole
N.18 ore (15 + 3 verifiche)

Quest'area si dedica alla strutturazione delle abilità motorie generali passando dal consolidamento degli schemi motori di base fino ad arrivare al potenziamento delle capacità motorie coordinative e condizionali. Dare avvio al movimento consapevole significa abituarsi alla pronta risoluzione dei “problemi” che presenta la realtà che cambia. L’alunno dovrà individuare le possibili soluzioni attraverso il pensiero matematico, scientifico e tecnologico. In questo modo si favoriranno i processi di autonomia di pensiero e di giudizio.

Competenze chiave:

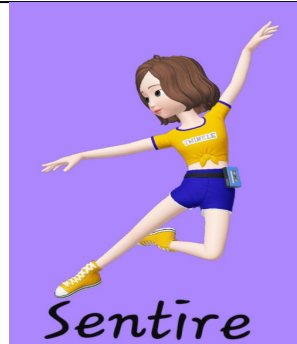
- Competenza matematica e competenza in scienze, tecnologia e ingegneria
- Competenza multilinguistica

Traguardo di competenza attesa:

- L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.

Nucleo concettuale fondante	Obiettivo di apprendimento	Contenuti	Attività	Metodologia, mezzi e strumenti	Verifica e valutazione della competenza attesa
N.2 Il corpo e la sua relazione	Conoscenze Conoscere gli schemi motori di base	-Il corpo e gli schemi motori di base	-Esercizi per allenare gli schemi motori del: -camminare -correre	Metodologie: - Didattica metacognitiva -Mastery Learning -Lezione Frontale	Si verificherà e valuterà: -il livello di <i>conoscenze</i> e di <i>abilità</i> attraverso prove strutturate

<p>con lo spazio e il tempo</p>	<p>Conoscere le posizioni e i movimenti fondamentali del corpo</p> <p>Conoscere l'importanza dell'allenamento</p> <p>Conoscere le caratteristiche e il modo d'uso dei piccoli e grandi attrezzi</p> <p>Conoscere i principali termini in lingua inglese</p> <p>Abilità Coordinare e utilizzare diversi schemi motori di base</p> <p>Saper assumere correttamente posizioni e compiere movimenti fondamentali</p>	<p>-Il corpo e le sue posture: posizioni e movimenti fondamentali</p> <p>L'allenamento e le sue fasi</p> <p>Gli attrezzi</p> <p>-La palestra in casa</p> <p>- Gli esercizi specifici</p>	<p>-saltare -rotolare -strisciare -afferrare -lanciare -arrampicarsi</p> <p>-Le posizioni e movimenti fondamentali</p> <p>-Esercizi per l'allenamento nei diversi ambienti</p>	<p>-Problem Solving</p> <p>DDI: -Didattica breve -Cooperative Learning -Flipped Classroom</p> <p>Mezzi e strumenti:</p> <p>Piattaforma G-suite, contenuti digitali integrativi dei libri di testo, mappe concettuali, software (es. padlet, creately), applicazioni sportive, attrezzi sportivi utili all'attività da eseguire</p>	<p><input type="checkbox"/> semi-strutturate <input type="checkbox"/> scritte <input type="checkbox"/> orali <input type="checkbox"/> pratiche <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>-il <i>processo di apprendimento</i> attraverso <input type="checkbox"/> osservazioni sistematiche individuali e di gruppo <input type="checkbox"/> rubriche di valutazione <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>-Il <i>prodotto</i> attraverso <input type="checkbox"/> compito di realtà <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>- <i>autovalutazione</i> attraverso <input type="checkbox"/> domande guida <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>Per ogni verifica verrà costruita una rubrica di valutazione contenente i descrittori e gli indicatori di livello.</p>
---------------------------------	--	--	---	--	---



Unità di apprendimento
Titolo: Il Linguaggio del movimento
N.9 ore (6 + 3 verifiche)

Accanto ai linguaggi verbali verrà valorizzato il linguaggio motorio attraverso il movimento coordinato e armonico come mezzo di interrelazione ed espressione. E' importante infatti prendere coscienza del modo personale di rapportarsi con l'altro e sapere utilizzare tutti i canali di comunicazione corporea (sguardi, postura, gesti, mimica, voce,emozioni).

Competenze chiave:

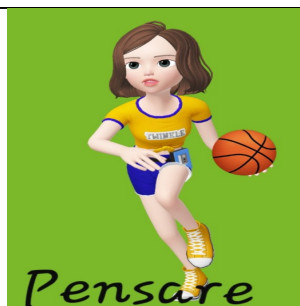
- **Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.**
- **Competenza alfabetica funzionale**

Traguardo di competenza attesa:

- **L'alunno utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso il mimo e la drammatizzazione**

Nucleo concettuale fondante	Obiettivo di apprendimento	Contenuti	Attività	Metodologia, mezzi e strumenti	Verifica e valutazione della competenza attesa
N.3	Conoscenze/ Abilità	-Il linguaggio motorio/espressivo	-Drammatizzazione e mimo	Metodologie:	Si verificherà e valuterà:

<p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa o- espressiva</i></p>	<p>Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea mediante gestualità e posture</p>	<p>-Le discipline del fitness</p>	<p>Esperienze ritmiche musicali : semplici esercizi abbinati alla musica</p>	<p>-Didattica laboratoriale - Didattica metacognitiva -Mastery Learning -Lezione Frontale</p> <p>DDI: -Didattica breve -Flipped Classroom</p> <p>Mezzi e strumenti :</p> <p>Piattaforma G-suite, contenuti digitali integrativi dei libri di testo, software (es. padlet, creately), attrezzi utili all'attività da eseguire</p>	<p>-il livello di <i>conoscenze</i> e di <i>abilità</i> attraverso prove strutturate</p> <p><input type="checkbox"/> semi-strutturate <input type="checkbox"/> scritte <input type="checkbox"/> orali <input type="checkbox"/> pratiche <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>-il <i>processo di apprendimento</i> attraverso</p> <p><input type="checkbox"/> osservazioni sistematiche individuali e di gruppo <input type="checkbox"/> rubriche di valutazione <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>-Il <i>prodotto</i> attraverso</p> <p><input type="checkbox"/> compito di realtà <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>- <i>autovalutazione</i> attraverso</p> <p><input type="checkbox"/> domande guida altro</p> <hr/> <p>Per ogni verifica verrà costruita una rubrica di valutazione contenente i descrittori e gli indicatori di livello.</p>
--	--	-----------------------------------	--	---	---



Unità di apprendimento
Titolo: Lo sport insegna
N.24 ore (21 + 3 verifiche)

Avviare allo sport significa diventare capaci di riflettere su se stessi, lavorare con gli altri in maniera costruttiva e gestire il proprio apprendimento. Tutto ciò porterà l'alunno ad essere responsabile, avere rispetto degli altri e contribuire al bene comune.

Competenze chiave:

- **Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare**
- **Competenza in materia di cittadinanza**

Traguardi di competenze attese:

- L'alunno comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.
- L'alunno sperimenta in forma sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.

Nucleo concettuale fondante	Obiettivo di apprendimento	Contenuti	Attività	Metodologia, mezzi e strumenti	Verifica e valutazione della competenza attesa
N.3 <i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i>	Conoscenze Conoscere in sintesi la storia, il gioco e il regolamento	Alcuni tra i principali sport individuali e/o di squadra : -la storia -le regole	Approfondimenti teorici ed eventuali esercitazioni con gesti tecnici propri delle discipline trattate.	Metodologie: - Didattica laboratoriale - Didattica metacognitiva - Mastery Learning -Metodo della ricerca	Si verificherà e valuterà: -il livello di <i>conoscenze</i> e di <i>abilità</i> attraverso prove <input type="checkbox"/> strutturate <input type="checkbox"/> semi-strutturate

	<p>degli sport trattati</p> <p>Conoscere le principali manifestazioni sportive agonistiche</p> <p>Conoscere i valori dello sport</p> <p>Abilità</p> <p>Applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p>	<p>-i fondamentali di gioco</p> <p>Principali manifestazioni sportive agonistiche</p> <p>La pratica sportiva e i suoi valori</p>	<p>Indagine delle principali manifestazioni sportive agonistiche a livello nazionale e internazionale</p> <p>Riflessioni sulla pratica sportiva e i suoi valori</p>	<p>-Lezione Frontale -Problem Solving</p> <p>DDI: -Didattica breve -Flipped Classroom -Project Based Learning</p> <p>Mezzi e strumenti : Piattaforma G-suite, contenuti digitali integrativi dei libri di testo, mappe concettuali, software (padlet , creately), applicazioni sportive, attrezzi sportivi utili all'attività da eseguire</p>	<p><input type="checkbox"/> scritte <input type="checkbox"/> orali <input type="checkbox"/> pratiche <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>-il <i>processo di apprendimento attraverso</i></p> <p><input type="checkbox"/> osservazioni sistematiche individuali e di gruppo <input type="checkbox"/> rubriche di valutazione <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>-Il <i>prodotto attraverso</i></p> <p><input type="checkbox"/> compito di realtà <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>- <i>autovalutazione attraverso</i></p> <p><input type="checkbox"/> domande guida <input type="checkbox"/> altro</p> <hr/> <p>Per ogni verifica verrà costruita una rubrica di valutazione contenente i descrittori e gli indicatori di livello.</p>
--	--	--	---	--	---