Istituto Comprensivo "E. De Amicis" - Livorno
Scuola secondaria di primo grado "San Gaetano"

CURRICOLO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - CLASSE TERZA

Competenze		Conoscenze	Descrittori dei livelli di padronanza	
1 Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse	Saper utilizzare le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove ed inusuali. Utilizzare e correlare le variabili spazio temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole)	Tecnica del gesto sportivo. Metodologie di orientamento nello spazio	♣ Utilizza in modo adeguato le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in varie situazioni. E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.	♣ Avanzato (10-9)
			♣ Utilizza in modo adeguato le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in varie situazioni. ♣	♣ Intermedio (7-8)
			♣ Se opportunamente guidato utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in varie situazioni. ♣	♣ Base (6)
			♣ Utilizza non sempre ed in modo discontinuo le abilità motorie e sportive acquisite. ♣ Iniziale (Non sufficiente)	Iniziale(non sufficiente)

2 Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettando le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune	Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. Realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma positiva alle scelte della squadra. Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di sconfitta che di vittoria	Tattica di gioco. Teoria e tecnica dell'allenamento	♣ Partecipa ai giochi di movimento, giochi sportivi, di squadra e tradizionali rispettando autonomamente le regole, i compagni, le strutture.	♣ Avanzato (10-9)
			♣ Partecipa ai giochi di movimento, giochi sportivi, di squadra e giochi tradizionali rispettando le regole, i compagni, le strutture.	♣ Intermedio (7-8)
			□ Partecipa ai giochi di movimento, giochi sportivi, di squadra e giochi tradizionali rispettando in modo sufficiente le regole, i compagni, le strutture.	□ Base (6)
			♣ Partecipa ai giochi di movimento, giochi sportivi, di squadra e giochi tradizionali rispettando in modo non sempre adeguato e discontinuo le regole, i compagni, le strutture	Iniziale (non sufficiente)

3 Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo	Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture eseguite in forma individuale e/o a coppie ed in gruppo. Saper decodificare i gesti di compagni ed avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco	Regolamento tecnico dei vari giochi sportivi. Regole di arbitraggio dei giochi sportivi	♣ Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri in modo opportuno ed adeguato.	♣ Avanzato (9-10)
			♣ Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri con modalità adeguate. ♣	♣ Intermedio (7-8)
			♣ Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri in modo sufficientemente pertinente.	♣ Base (6)
			♣ Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri in modo non sempre adeguato.	Iniziale (Non sufficiente)

4 Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione ed ai corretti stili di vita	-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. -Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta ed applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. -Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. - Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori o di sostanze illecite o che inducono dipendenza	Elementi di primo soccorso	Riconosce, ricerca ed applica a se stesso comportamenti di promozione dello star bene in ordine ad un sano stile di vita ed alla prevenzione in modo opportuno ed adeguato	Avanzato (9-10)
			Riconosce, ricerca ed applica a se stesso comportamenti di promozione dello star bene in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione in modo adeguato	Intermedio (7-8)
			Riconosce ed applica a se stesso comportamenti di promozione dello star bene in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione in modo sufficientemente adeguato	Base (6)
			Riconosce ricerca ed applica a se stesso comportamenti di promozione dello star bene in ordine ad un sano stile di vita ed alla prevenzione in modo non sempre adeguato	Iniziale (non sufficiente)