

CERTIFICAZIONE DEI LIVELLI DI COMPETENZE - DISCIPLINA:
EDUCAZIONE FISICA



LICEO SCIENTIFICO STATALE “E.FERMI”

SEDE: VIA MAZZINI, 172/2° - 40139 BOLOGNA
TELEFONO: 051/4298511 - FAX: 051/392318 - CODICE FISCALE: 80074870371

SEDE ASSOCIATA: VIA NAZIONALE TOSCANA, 1 - 40068 SAN LAZZARO DI SAVENA
TELEFONO: 051/470141 - FAX: 051/478966

E-MAIL: FERMI@LICEOFERMIBO.NET

WEB-SITE: WWW.LICEOFERMIBO.NET

CERTIFICAZIONE
DEI LIVELLI DI COMPETENZE RAGGIUNTI
DAGLI STUDENTI

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZE GENERALI

GRADUAZIONE:

- BIENNIO

CERTIFICAZIONE DEI LIVELLI DI COMPETENZE - DISCIPLINA:
EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZE, costituite di:

- **CONOSCENZE:** conoscenze teoriche e presa di coscienza dell'esecuzione motoria.
La conoscenza rappresenta la consapevolezza del percorso di sviluppo motorio, coniuga le conoscenze teoriche, gli approfondimenti disciplinari, i processi che conducono alla conoscenza e percezione di sé.

- **ABILITÀ:** le abilità si sviluppano attraverso un percorso individuale che, partendo dagli schemi motori di base arrivano nella loro applicazione pratica ad un miglioramento del livello di padronanza dei gesti tecnici e delle capacità motorie generali.

COMPETENZE DI CITTADINANZA	AMBITI	BIENNIO	TRIENNIO
1. <u>PROGETTARE E RISOLVERE PROBLEMI</u>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Percezione di sé.	Ideare e realizzare semplici programmi di lavoro relativi alle attività motorie praticate. Percepire e interpretare le sensazioni relative al proprio corpo. Utilizzare le più evidenti percezioni (tattile, uditiva, visiva e cinestesica) in relazione al compito richiesto e alla situazione. Selezionare la risposta motoria attraverso l'elaborazione del concetto di "anticipazione del gesto".	Ideare e realizzare programmi di lavoro relativi alle attività motorie praticate. Saper elaborare strategie motorie in situazioni non conosciute. Utilizzare le diverse percezioni (tattile, uditiva, visiva e cinestesica) in relazione al compito richiesto e alla situazione. Selezionare la risposta motoria attraverso il concetto acquisito di "anticipazione del gesto".
2. <u>ACQUISIRE E INTERPRETARE L'INFORMAZIONE</u>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Socialità e convivenza civile. Percezione di sé.	Riconoscere i gesti e le azioni nei vari ambiti e individuarne gli aspetti essenziali. Interpretare il lessico specifico della disciplina e il linguaggio, l'atteggiamento e l'intenzionalità motoria. Riconoscere un codice gestuale (arbitraggio ecc...) Discriminare le informazioni spaziali, temporali e corporee per il controllo del movimento.	Saper decodificare e rielaborare rapidamente le informazioni e i gesti specifici. Individuare i legami tra teoria e pratica. Interpretare la prestazione motoria alla luce delle diverse scienze che si occupano del movimento.
3. <u>INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI</u>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Percezione di sé.	Trasferire e ricostruire autonomamente tecniche nei vari contesti. Utilizzare elementi tecnici pertinenti per l'esecuzione di un gesto motorio specifico. Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni semplici.	Utilizzare consapevolmente il linguaggio corporeo. Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie dei giochi sportivi trasferendole a spazi e nel rispetto dei tempi disponibili. Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni

CERTIFICAZIONE DEI LIVELLI DI COMPETENZE - DISCIPLINA:
EDUCAZIONE FISICA

		Sapersi muovere all'interno di uno spazio ben definito e in un contesto dato. Saper rappresentare mentalmente i gesti motori e saperli riprodurre nella pratica.	complesse. Saper pianificare un lavoro (programmi di allenamento, schede tecniche ecc...) in relazione ad obiettivi specifici.
4. <u>COMUNICARE</u> , <u>COLLABORARE E</u> <u>PARTECIPARE</u> , <u>AGIRE IN MODO</u> <u>AUTONOMO E</u> <u>RESPONSABILE</u>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Socialità e convivenza civile. Percezione di sé.	Trasmettere agli altri le proprie intenzioni, emozioni e indicazioni tattiche e tecniche. Saper comunicare e rispettare regole comportamentali. Relazionarsi con gli altri all'interno di un gruppo dimostrandosi disponibili ad ascoltare e collaborare in funzione di uno scopo comune. Vivere in modo equilibrato e corretto i momenti di competizione. Utilizzare l'attività motoria per ricercare, migliorare e mantenere il proprio stato di salute (mantenersi fisicamente in forma). Intervenire in caso di infortunio con un primo soccorso adeguato. Utilizzare un codice gestuale (arbitraggio ecc...) Utilizzare il lessico specifico della disciplina.	Essere in grado di autovalutarsi. Trasmettere agli altri le proprie intenzioni, emozioni e indicazioni tattiche e tecniche. Saper comunicare e rispettare regole comportamentali. Relazionarsi con gli altri all'interno di un gruppo dimostrandosi disponibili ad ascoltare e collaborare in funzione di uno scopo comune. Vivere in modo equilibrato e corretto i momenti di competizione. Esprimersi con interventi appropriati e costruttivi. Ricerca l'autonomia personale attraverso una applicazione costante e partecipativa per valorizzare le proprie attitudini. Saper trasferire le conoscenze motorie acquisite nelle situazioni dinamiche di vita quotidiana.
5. <u>IMPARARE AD</u> <u>IMPARARE</u>	Abilità motorie, sportive ed espressive. Socialità	Organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero per imparare ad utilizzare conoscenze e abilità motorie. Trasferire e ricostruire autonomamente tecniche nei vari contesti.	Organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero per consolidare conoscenze e abilità motorie ed elaborare nuove competenze. Essere protagonisti del proprio percorso personale di apprendimento.
7. <u>ACQUISIRE UN</u> <u>EQUILIBRIO</u> <u>PSICOFISICO</u> <u>ATTRAVERSO LA</u> <u>COMPrensIONE E</u> <u>L'AFFINAMENTO</u> <u>DEL LINGUAGGIO</u> <u>CORPOREO COME</u> <u>CONTRIBUTO</u> <u>ALLA</u> <u>COMPrensIONE DI</u> <u>SÈ E DEGLI ALTRI</u>	Abilità motorie espressive e percezione di sé.	Maturazione della coscienza relativa alla propria corporeità come elemento di unità psico-somatica.	Maturazione della coscienza relativa alla propria corporeità come elemento di unità psico-somatica, sia come disponibilità e padronanza motoria sia come capacità relazionale.

CERTIFICAZIONE DEI LIVELLI DI COMPETENZE - DISCIPLINA:
EDUCAZIONE FISICA

CLASSE 1^a

ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>Abilità motorie e percezione di sé. Rielaborare gli schemi motori eseguendo correttamente l'azione motoria. Migliorare le capacità motorie condizionali e coordinative. Riconoscere l'importanza della socialità sapendosi relazionare con gli altri e dimostrandosi disponibili ad ascoltare e collaborare in funzione di uno scopo comune. Praticare attività motorie individuali e di squadra.</p>	<p>Esercizi di base a corpo libero. Esercizi di Stretching. Esercizi di tonificazione generale a carico naturale. Esercizi preatletici. Esercizi con piccoli attrezzi. Esercizi ai grandi attrezzi. Ginnastica artistica: capovolte avanti anche con rincorsa e indietro. Memorizzazione di sequenze motorie eseguite su ritmo imposto. Atletica: successione di partenze dalle varie stazioni e blocchi, staffetta, passaggio ostacoli, salto in alto, getto del peso, lancio del disco. Giochi presportivi. Pallavolo: palleggio, bagher, battuta di sicurezza e semplice organizzazione del gioco. Pallacanestro: palleggio, passaggio, tiro, terzo tempo e semplice organizzazione del gioco. Calcetto: conduzione di palla, passaggio, tiro e semplice organizzazione del gioco.</p>

CLASSE 2^a

ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>Percepire ed interpretare le sensazioni relative al proprio corpo. Elaborare risposte motorie efficaci. Trasferire autonomamente tecniche motorie nei vari contesti. Migliorare le capacità motorie condizionali e coordinative per acquisire un corretto stile di vita. Comportamento leale e corretto. Consolidamento del carattere. Approfondimento tecnico degli sport individuali e di squadra praticati.</p>	<p>Esercizi di base a corpo libero. Esercizi di Stretching. Esercizi di tonificazione generale a carico naturale. Esercizi preatletici. Esercizi con piccoli attrezzi. Esercizi ai grandi attrezzi. Ginnastica artistica: capovolte avanti anche con rincorsa e indietro. Memorizzazione di sequenze motorie eseguite su ritmo imposto. Atletica: successione di partenze dalle varie stazioni e blocchi, staffetta, passaggio ostacoli, salto in alto, getto del peso, lancio del disco. Giochi presportivi. Pallavolo: palleggio, bagher, battuta di sicurezza e semplice organizzazione del gioco. Pallacanestro: palleggio, passaggio, tiro, terzo tempo e semplice organizzazione del gioco. Calcetto: conduzione di palla, passaggio, tiro e semplice organizzazione del gioco.</p>