



SCIENZE MOTORIE - MICROUDA 2 – Classi seconde –

Titolo: “Alla scoperta delle proprie potenzialità attraverso i test motori”

COMPETENZE DISCIPLINARI

ASSE	INSEGNAMENTO	Competenza	Conoscenze	Abilità	VERIFICA / Compito di realtà*
Scientifico tecnologico	SCIENZE MOTORIE	Essere in grado di conoscere i cambiamenti 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 all'attività richiesta. -Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro. -Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.	-Conoscere le capacità motorie condizionali e coordinative classificazione e definizione. -Conoscere le caratteristiche di un test	-Saper utilizzare il proprio corpo in movimento con la consapevolezza dei propri limiti e delle proprie potenzialità. -Essere in grado di rilevare i propri progressi -Essere consapevoli della propria struttura corporea	Test sulla pista di atletica (condizioni meteo permettendo) di Borgosesia coinvolgendo l'associazione atletica Valsesia Verifiche orali o test scritti

* auspicabilmente integrato in più discipline

ARGOMENTI SVOLTI

ASSE	INSEGNAMENTO	GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO
Scientifico tecnologico	SCIENZE MOTORIE	-Presentazione uda -Prove pratiche atte a valutare la singola capacità motoria	L'osservazione sistematica, per l'analisi degli interventi degli alunni durante le lezioni per controllare il 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, per raggiungere anche una consapevole autovalutazione.	Nella valutazione si terrà in considerazione: del livello di partenza, delle capacità soggettive, della progressione nell'apprendimento, della volontà e dell'impegno dimostrati durante la lezione, 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. Gli alunni che non si avvalgono della pratica delle elezioni (esoneri 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 (C.M 216 del 17/07/87)

RUBRICA VALUTATIVA

ASSE	INSEGNAMENTO	INDICATORE/Descrittore	Valutazione del prodotto				Valutazione del processo			
			AVANZATO	INTERMEDIO	BASE	NON RAGGIUNTO	Partecipaz.	Impegno	Capacità relazionale / organizzativa	Comportam. e rispetto delle regole
Scientifico tecnologico	SCIENZE MOTORIE	-Essere in grado di conoscere i cambiamenti 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 all'attività richiesta. -Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro.	Comprende le istruzioni date, sprona i compagni partecipando attivamente alle attività.	Comprende le istruzioni date partecipando attivamente al lavoro proposto	Riesce a svolgere solo una parte del compito assegnato	Partecipa passivamente alla verifica finale, non collabora con i compagni.	<ul style="list-style-type: none"> •Assidua •Saltuaria •Stimolata •Scarsa/nulla 	<ul style="list-style-type: none"> •Attivo •Autonomo •Stimolato •Scarso/nullo 	<ul style="list-style-type: none"> •Ottima •Buona •Sufficiente •Scarsa/nulla 	<ul style="list-style-type: none"> •Sempre •Buono •Sufficiente •Sfidante

		-Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.									
--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

*Alla fine si sintetizza in un voto il raggiungimento degli obiettivi previsti dalla competenza.