



**SCIENZE MOTORIE - microuda 1 - classi quinte**  
**Titolo: “Salute e Benessere, prevenzione e sicurezza”**

**COMPETENZE DISCIPLINARI**

| ASSE                       | INSEGNAMENTO       | Competenza   | Conoscenze   | Abilità  | VERIFICA / Compito di realtà*   |
|----------------------------|--------------------|--|--|--|---|
| Scientifico<br>Tecnologico | SCIENZE<br>MOTORIE | <p>In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento dimostra di avere le competenze adeguate a mettere in pratica quanto richiesto dall'insegnante relativamente all'organizzazione razionale delle conoscenze acquisite</p> <p>In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento dimostra di avere le competenze adeguate ad usufruire delle conoscenze acquisite per fare i dovuti collegamenti interdisciplinari</p> <p>In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento dimostra di avere le competenze adeguate ad usufruire delle conoscenze acquisite per mettere in pratica comportamenti che incidano positivamente sulla funzionalità del proprio organismo</p> <p>In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento dimostra di avere le competenze adeguate a riconoscere, ricevere e applicare a sé stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri</p> | <p>I cambiamenti morfologici caratteristici dell'età</p> <p>I benefici del movimento</p> <p>Gli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenze (doping, droghe, alcool)</p> | <p>Sa trascrivere su carta o su supporto informatico, in modo razionale, le informazioni date dall'insegnante e/o acquisite per altre vie</p> <p>Esporre gli argomenti trattati facendo i dovuti collegamenti.</p> | <p>Accertamento delle conoscenze acquisite dagli alunni attraverso colloqui individuali e collettivi</p> <p>Verifica complessiva del rendimento, dell'impegno e della partecipazione al dialogo educativo</p> |

\* auspicabilmente integrato in più discipline



**SCIENZE MOTORIE - microuda 1 - classi quinte**  
**Titolo: “Salute e Benessere, prevenzione e sicurezza”**

**ARGOMENTI SVOLTI**

| ASSE                       | INSEGNAMENTO       | SETTEMBRE  | OTTOBRE                     | NOVEMBRE                             | DICEMBRE                           |
|----------------------------|--------------------|--|-----------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|
| Scientifico<br>Tecnologico | SCIENZE<br>MOTORIE | Si procederà ad effettuare spiegazioni sui temi trattati curando che gli alunni comprendano l'importanza del praticare attività fisico sportive in modo responsabile | Presentazione dell'attività | Svolgimento delle proposte operative | Presentazione del compito unitario |



**SCIENZE MOTORIE - microuda 1 - classi quinte**  
**Titolo: “Salute e Benessere, prevenzione e sicurezza”**

**RUBRICA VALUTATIVA**

| ASSE                       | INSEGNAMENTO       | INDICATORE/Descrittore  | Valutazione del prodotto  |  |   |   | Valutazione del processo                          |   |  |  | VOTO* |
|----------------------------|--------------------|---|---|--|---|---|---|---|--|--|-------|
|                            |                    |   | ECCELLENTE  | BUONA  | SUFFICIENTE   | PRINCIPIANTE  | Partecipazione                                    | Impegno   | Capacità relazionale/ organizzativa            | Comportamento e rispetto delle regole      |       |
| Scientifico<br>Tecnologico | SCIENZE<br>MOTORIE | Mostra una perfetta conoscenza dell'attività da svolgere<br><br>Pienamente autonomo, partecipa in modo sempre propositivo ed efficace alla scelta delle strategie | Mostra una perfetta conoscenza degli attrezzi da utilizzare e che applica in modo sempre corretto ed efficace<br><br>Perfettamente consapevole delle eventuali necessità sa svolgere il ruolo di giuria, mostrando competenza e preparazione<br><br>Pienamente autonomo, partecipa in modo sempre propositivo ed efficace alla scelta delle strategie | Mostra una buona / efficace conoscenza del regolamento tecnico che applica in modo corretto<br><br>E in grado di scegliere strategie e realizzarle | Mostra una certa conoscenza e consapevolezza del regolamento da applicare, che applica in modo abbastanza efficace e funzionale<br><br>Se guidato sa assumere il ruolo di giudice | Mostra una limitata conoscenza del regolamento da applicare<br><br>Applica le strategie in modo non efficace e funzionale | Assidua<br>Saltuaria<br>Stimolata<br>Scarsa/nulla | Attivo<br>Autonomo<br>Stimolato<br>Scarso/nullo | Ottima<br>Buona<br>Sufficiente<br>Scarsa/nulla | Sempre<br>Buono<br>Sufficiente<br>Sfidante |       |

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