EDUCAZIONE FISICA

CLASSE I, II e III SCUOLA PRIMARIA

COMPETENZE CHIAVE	INDICATORE	*OA*	DESCRITTORI	DESCRITTORI NEI LIVELLI
Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare Competenza imprenditoriale Competenza digitale	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.). 2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	Padroneggia gli schemi motori di base adeguandoli ai diversi contesti spazio-temporali e riproduce azioni motorie combinate.	L'alunno sa mettere in pratica con sicurezza tutti gli schemi motori di base anche in modo combinato; sa controllare condizioni d'equilibrio statico e dinamico.
				L'alunno sa mettere in pratica con sicurezza diversi schemi motori di base con un discreto controllo del corpo; sa controllare condizioni d'equilibrio statico e dinamico.
				L'alunno sa mettere in pratica alcuni schemi motori di base con sufficiente controllo del corpo.
				L' alunno sa mettere in pratica solo alcuni schemi motori di base
	Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. 2. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per esprimere i propri stati d'animo.	L'alunno utilizza in modo personale e consapevole il linguaggio del corpo in drammatizzazioni e coreografie.
				L'alunno utilizza in modo personale il linguaggio del corpo in semplici drammatizzazioni.
				L'alunno comunica attraverso il corpo e movimento su imitazione di un modello dato.
				L'alunno comunica attraverso corpo e movimento in modo discontinuo e non sempre consapevole.
		1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.	Conosce ed esegue diverse proposte di gioco,	L'alunno conosce ed esegue in modo corretto e sicuro diverse proposte di gioco; applica correttamente le regole dei giochi di

	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	2. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. 3. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. 4. Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	condividendo regole, ruoli e fair play	movimento e presportivi cooperando con gli altri.
				L'alunno conosce ed esegue in modo corretto diverse proposte di gioco; riconosce e rispetta le regole dei giochi di movimento e pre-sportivi.
				L'alunno conosce ed esegue semplici proposte di gioco, rispettandone le regole con atteggiamenti positivi.
				L'alunno inizia a conoscere ed eseguire proposte di gioco, rispettando le regole di gioco per tempi brevi.
	Salute e benessere	1. Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	Riconosce e adotta sani stili di vita	L'alunno riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.
				L'alunno riconosce alcune relazioni relative al proprio benessere psico-fisico legate alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.
				L'alunno riconosce le relazioni essenziali relative al proprio benessere psico-fisico legate alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.
				L'alunno inizia a comprendere che il benessere psico-fisico è legato alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.

CLASSE IV e V SCUOLA PRIMARIA

COMPETENZE CHIAVE	INDICATORE	*OA*	DESCRITTORI	DESCRITTORI NEI LIVELLI
Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare Competenza imprenditoriale Competenza digitale	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.). 2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	Ha consapevolezza di sé e controlla i movimenti del proprio corpo, in varie situazioni.	L'alunno sa organizzare con sicurezza e autonomia il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri, anche attraverso coreografie; sa dosare forza, resistenza, velocità alla tipologia del compito motorio.
				L'alunno sa organizzare con sicurezza il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri, anche attraverso coreografie.
				L'alunno sa mettere in pratica schemi motori di base anche combinati con un sufficiente controllo del corpo; sa controllare condizioni d'equilibrio statico e dinamico.
				L'alunno sa mettere in pratica alcuni schemi motori di base con un adeguato controllo del corpo.
	Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. 2. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per esprimere i propri stati d'animo.	L'alunno utilizza in modo personale e consapevole il linguaggio del corpo in drammatizzazioni e coreografie.
				L'alunno utilizza in modo personale il linguaggio del corpo in semplici drammatizzazioni. :
				L'alunno comunica attraverso il corpo e movimento su imitazione di un modello dato.
				L'alunno comunica attraverso corpo e movimento in modo discontinuo e non sempre consapevole.
	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.	Conosce ed esegue diverse proposte di gioco, condividendo regole, ruoli e fair play	L'alunno coordina ed utilizza diversi schemi motori combinati tra loro in modo sicuro e completo; partecipa, collabora con gli altri e rispetta le regole del gioco e dello sport con consapevolezza.

		2. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. 3. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. 4. Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.		L'alunno ha una completa padronanza degli schemi motori; partecipa, collabora con gli altri e rispetta le regole del gioco e dello sport.
				L'alunno ha una sufficiente padronanza degli schemi motori; partecipa e rispetta le regole del gioco e dello sport con discontinuità.
				L'alunno utilizza con il supporto dell'insegnante semplici schemi motori. Inizia a condividere con i pari alcune regole dei giochi.
	Salute e benessere	1. Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	Riconosce e adotta sani stili di vita	L'alunno riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.
				L'alunno riconosce alcune relazioni relative al proprio benessere psico-fisico legate alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.
				L'alunno riconosce le relazioni essenziali relative al proprio benessere psico-fisico legate alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.
				L'alunno inizia a comprendere che il benessere psico-fisico è legato alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.

CLASSE I SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

COMPETENZE CHIAVE	INDICATORE	*OA*	DESCRITTORI	VOTO
competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare competenza imprenditoriale competenza digitale	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	1. Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. 2. Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. 3. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.	Progetta e realizza risposte motorie sempre corrette e precise trasferendole in modo efficace in situazioni strutturate e non strutturate	**10**
			Realizza risposte motorie quasi sempre corrette e precise trasferendole in situazioni strutturate e non strutturate	**9**
			Realizza risposte motorie nel complesso efficaci e le trasferisce in quasi tutte le situazioni	**8**
			Non sempre realizza schemi motori coordinati e non sempre riesce a trasferirli in modo efficace	**7**
			Realizza risposte motorie poco precise e non sempre riesce a svolgere un lavoro corporeo organizzato	**6**
			Non è in grado di realizzare risposte motorie precise e il lavoro corporeo che svolge non è minimamente organizzato	**5**
			Rifiuta le proposte	**4**
	Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	1. Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.	Conosce, applica e propone in modo ottimale tecniche di espressione corporea semplici e complesse per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo.	**10**
			Conosce e applica efficacemente ed efficientemente tecniche di espressione corporea semplice e complessa per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo.	**9**

			Conosce ma non sempre applica efficacemente semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. E' a conoscenza di semplici tecniche di espressione corporea ma di rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. Conosce ma non riesce ad applicare sufficientemente semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. Non conosce e quindi applica in maniera inefficace le tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. Rifiuta le proposte.	**8** **7** **6** **5** **4**
	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	1. Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. 2. Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.	Gestisce sempre in modo consapevole gli eventi e i gesti motori specifici con autocontrollo e rispetto delle regole, dei compagni e dei docenti, accettando anche la sconfitta e aiutando i compagni in difficoltà Gestisce quasi sempre in modo consapevole gli eventi e i gesti motori specifici con autocontrollo e rispetto delle regole, dei compagni e dei docenti, accettando nel complesso anche la sconfitta Conosce e rispetta le regole sportive e collabora in modo produttivo con gli altri, utilizzando adeguatamente i gesti motori specifici	**10** **9** **8**

			Conosce le regole sportive, le rispetta ma ha difficoltà a collaborare con il gruppo. utilizza solo in parte i gesti motori specifici in maniera corretta. Non sempre socializza, condivide e rispetta le regole, utilizzando solo parzialmente i gesti motori specifici e viene spesso richiamato per rispettare le regole Partecipa saltuariamente solo su sollecitazione e quasi sempre deve essere richiamato per il rispetto delle regole e dei compagni Rifiuta le proposte	**7** **6** **5** **4**
	Salute e benessere	1. Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. 2. Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.	Applica sempre in modo autonomo comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale propria e degli altri ed è consapevole del benessere legato all'attività motoria Applica quasi sempre comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale propria e degli altri. Capisce l'importanza dell'attività motoria per quanto riguarda il benessere personale Conosce e spesso applica comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza e il benessere personale e degli altri. Conosce superficialmente i comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza e il benessere personale e non sempre è in grado di metterli in pratica. Se guidato applica i comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute e della sicurezza propria, ma spesso si dimentica dell'importanza della sicurezza verso terzi Non conosce e non applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute e della sicurezza propria e degli altri ignorando altresì i benefici dell'attività motoria.	**10** **9** **8** **7** **6** **5**

			Rifiuta le proposte	**4**

CLASSE II e III SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO

COMPETENZE CHIAVE	**INDICATORE**	***OA***	**DESCRITTORI**	**VOTO**
competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare competenza imprenditoriale competenza digitale	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	1. Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. 2. Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. 3. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. 4. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).	Progetta e realizza risposte motorie sempre corrette e precise trasferendole in modo efficace in situazioni strutturate e non strutturate Realizza risposte motorie quasi sempre corrette e precise trasferendole in situazioni strutturate e non strutturate Realizza risposte motorie nel complesso efficaci e le trasferisce in quasi tutte le situazioni Non sempre realizza schemi motori coordinati e non sempre riesce a trasferirli in modo efficace Realizza risposte motorie poco precise e non sempre riesce a svolgere un lavoro corporeo organizzato Non è in grado di realizzare risposte motorie precise e il lavoro corporeo che svolge non è minimamente organizzato Rifiuta le proposte	**10** **9** **8** **7** **6** **5** **4**
	Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	2. Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. 3. Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.	Conosce, applica e propone in modo ottimale tecniche di espressione corporea semplici e complesse per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. Sa decodificare in modo ottimale i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport nonché i gesti	**10**

		4. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.	arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. Conosce e applica efficacemente ed efficientemente tecniche di espressione corporea semplice e complessa per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. Sa decodificare con efficacia ed efficienza i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport nonché i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. Conosce ma non sempre applica efficacemente semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. Quasi sempre riesce a decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport così come i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. E' a conoscenza di semplici tecniche di espressione corporea ma di rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. A volte decodifica in modo efficace i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport nonché i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. Conosce ma non riesce ad applicare sufficientemente semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppia, in gruppo. Presenta difficoltà a decodificare sufficientemente i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport nonché i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. Non conosce e quindi applica in maniera inefficace le tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati s'animo mediante gestualità e posture svolte in forma	**9** **8** **7** **6**

			individuale, a coppia, in gruppo. Non sa decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport così come i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. Rifiuta le proposte.	**5** **4**
	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	3. Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. 4. Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra. 5. Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. 6. Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.	Gestisce sempre in modo consapevole gli eventi e i gesti motori specifici con autocontrollo e rispetto delle regole, dei compagni e dei docenti, accettando anche la sconfitta e aiutando i compagni in difficoltà Gestisce quasi sempre in modo consapevole gli eventi e i gesti motori specifici con autocontrollo e rispetto delle regole, dei compagni e dei docenti, accettando nel complesso anche la sconfitta Conosce e rispetta le regole sportive e collabora in modo produttivo con gli altri, utilizzando adeguatamente i gesti motori specifici Conosce le regole sportive, le rispetta ma ha difficoltà a collaborare con il gruppo. utilizza solo in parte i gesti motori specifici in maniera corretta. Non sempre socializza, condivide e rispetta le regole, utilizzando solo parzialmente i gesti motori specifici e viene spesso richiamato per rispettare le regole Partecipa saltuariamente solo su sollecitazione e quasi sempre deve essere richiamato per il rispetto delle regole e dei compagni Rifiuta le proposte	**10** **9** **8** **7** **6** **5** **4**

	Salute e benessere	3. 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. 4. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. 5. Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. 6. Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. 7. Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. 8. Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol).	Applica sempre in modo autonomo comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale propria e degli altri ed è consapevole del benessere legato all'attività motoria Applica quasi sempre comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale propria e degli altri. Capisce l'importanza dell'attività motoria per quanto riguarda il benessere personale Conosce e spesso applica comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza e il benessere personale e degli altri. Conosce superficialmente i comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza e il benessere personale e non sempre è in grado di metterli in pratica. Se guidato applica i comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute e della sicurezza propria, ma spesso si dimentica dell'importanza della sicurezza verso terzi Non conosce e non applica comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute e della sicurezza propria e degli altri ignorando altresì i benefici dell'attività motoria. Rifiuta le proposte	**10** **9** **8** **7** **6** **5** **4**