

PROGETTAZIONE CURRICOLARE
elaborata dal DIPARTIMENTO DISCIPLINARE
periodo: **trimestre settembre-novembre**
DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
CL. TERZE
SCUOLA SECONDARIA

1. ANALISI DELLA SITUAZIONE DI PARTENZA MEDIANTE OSSERVAZIONI E PROVE DI INGRESSO COMUNI

indicatori utilizzati nelle prove di ingresso	indicatori utilizzati nelle osservazioni (indicare gli elementi di osservabilità - evidenze utili per la rilevazione del livello di partenza)
Capacità condizionali	tabelle di riferimento standardizzate per i tempi di esecuzione; forza; resistenza; velocità; impegno; partecipazione alle attività;

2. INDIVIDUAZIONE DEGLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

INDICATORE: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

TRAGUARDI DI COMPETENZA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ	PERIODO/ORE
E' consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.	Il proprio corpo per ottenere un miglior rendimento durante la prestazione sportiva	Utilizzare e organizzare strategie di gioco	Esercizi specifici per il miglioramento prestativo	Settembre/Ottobre/Novembre
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			

--	--	--	--	--

INDICATORE: SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE, SICUREZZA

TRAGUARDI DI COMPETENZA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ	PERIODO/ORE
Ha consapevolezza del proprio corpo, ha cura della sua salute ed agisce in sicurezza.	Le modificazioni del proprio corpo durante l'attività	Assumere corretti stili di vita per migliorare il proprio benessere	Presentazione dei principali nutrienti e delle loro funzioni; Analisi delle etichette nutrizionali di diversi prodotti alimentari;	Ottobre/Novembre
	OBIETTIVI MINIMI (alunni con BES)			
	Riconoscere alimenti sani e meno sani;	Comprendere l'importanza di una dieta equilibrata;	Semplificazione piramide alimentare; schede operative visive;	Ottobre/Novembre

3. CONTRIBUTO DELLA DISCIPLINA AL CONSEGUIMENTO DELLE COMPETENZE DI CITTADINANZA (DA CONDIVIDERE CON I RISPETTIVI CONSIGLI DI CLASSE / TEAM)

INDICATORE: Traguardo per lo sviluppo delle competenze n. 4

Sviluppare atteggiamenti e comportamenti responsabili volti alla tutela della salute e del be

TRAGUARDI DI COMPETENZA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ	PERIODO/ORE
Individuare i principi, e i comportamenti individuali e collettivi per la salute, la sicurezza, il benessere psicofisico delle persone; apprendere un salutare stile di vita anche in ambienti sani ed un corretto regime alimentare.	Comportamenti corretti per la propria sicurezza e quella altrui	Promuovere un salutare stile di vita	Giochi sportivi di squadra; Alimentazione;	Tutto l'anno

4. MODALITÀ DI VERIFICA DEI LIVELLI DI APPRENDIMENTO

<input type="checkbox"/> Test oggettivi (es. (a scelta multipla, vero/falso, di corrispondenza, di collegamento)	1
<input type="checkbox"/> Prove pratiche	3

Documento redatto dal docente referente del dipartimento disciplinare

<i>data</i>	<i>nome e cognome</i>	<i>firma</i>
Legnano, 10/09/2025	Moris Ferrario	

Condiviso dai componenti del DIPARTIMENTO DISCIPLINARE in data 05/09/2025

DOCENTI DIPARTIMENTO

Cognome - Nome	Firma
Ferrario Moris	
Re Garbagnati Antonella	