

UNITA' DI APPRENDIMENTO	
Denominazione	Conosco il mio corpo
Compito - prodotto	Prova di corsa campestre e discipline di atletica leggera
Competenze mirate <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere le modificazioni strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo. - Conoscere il sistema cardio-respiratorio abbinato al movimento. - Conoscere le procedure utilizzate nell'attività per il miglioramento delle capacità condizionali 	<ul style="list-style-type: none"> • Competenza alfabetica funzionale Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative. • competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare Agire in modo autonomo e responsabile, conoscendo e osservando regole e norme. Collaborare e partecipare comprendendo i diversi punti di vista delle persone Capacità di collaborare, rispetto del lavoro altrui Partecipare attivamente alle attività portando il proprio contributo personale. Reperire, organizzare, utilizzare informazioni da fonti diverse per assolvere un determinato compito.
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
Competenza alfabetica funzionale	
Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative.	Descrivere oggetti, luoghi, persone e personaggi, esporre procedure selezionando le informazioni significative in base allo scopo e usando un lessico adeguato all'argomento.
Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare	
Agire in modo autonomo e responsabile, conoscendo e osservando regole e norme. Collaborare e partecipare comprendendo i diversi punti di vista delle persone Capacità di collaborare, rispetto del lavoro altrui. Conoscere e rispettare il protocollo Covid	Partecipare all'attività confrontandosi con gli altri, valutando le varie soluzioni proposte, assumendo e portando a termine ruoli e compiti; prestare aiuto a compagni e persone in difficoltà. Contribuire alla stesura del regolamento della classe e al rispetto di esso ed in generale alla vita della scuola. Essere responsabile dei comportamenti personali in ottemperanza delle norme di contenimento dell'emergenza sanitaria.
Partecipare attivamente alle attività portando il proprio contributo personale. Reperire, organizzare, utilizzare informazioni da fonti diverse per assolvere un determinato compito.	Organizzare e rielaborare autonomamente le informazioni scegliendo gli strumenti più idonei allo scopo. Opera collegamenti tra conoscenze anche di diverse aree disciplinari in modo autonomo e sicuro individuando relazioni significative anche con l'attualità

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Classi Prime	
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
<ul style="list-style-type: none"> Conoscere elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia. Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse Conoscere le modificazioni fisiologiche e strutturali del corpo (peso e altezza) in rapporto alla crescita e al movimento. Conoscere le varie abilità motorie di base nelle azioni e il concetto di lateralizzazione. Conoscere le esperienze vissute di controllo posturale e tonico muscolare 	<ul style="list-style-type: none"> Capacità di coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). Saper 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. Dimostrare consapevolezza del cambiamento del corpo in età evolutiva in relazione al movimento
Classi Seconde- Classi terze	
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
<ul style="list-style-type: none"> 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. Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. Conoscere gli obiettivi e le procedure del piano di lavoro proposto in riferimento a funzioni fisiologiche, cambiamenti morfologici e del sé corporeo caratteristici dell'età e specifici del genere. Conoscere elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia. Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse Conoscere le modificazioni fisiologiche e strutturali del corpo (peso e altezza) in rapporto alla crescita e al movimento. 	<ul style="list-style-type: none"> Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. Saper utilizzare e correlare le variabili spaziotemporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. Saper utilizzare piani di lavoro proposti per migliorare le proprie abilità motorie riconoscendo la relazione l'intensità dell'attività e i cambiamenti fisiologici e morfologici anche rispetto all'età in evoluzione
Traguardi per lo sviluppo delle competenze <ul style="list-style-type: none"> Coordina una varietà di abilità motorie controllando il corpo nelle sue relazioni con lo spazio e tempo e riconosce le modificazioni fisiologiche Ha consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e all'evoluzione psicofisica Padroneggia le azioni motorie complesse, rielaborando le informazioni di cui dispone in contesti anche non programmati Mette in atto differenti azioni motorie, utilizzando le informazioni di cui dispone adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità. Esegue azioni motorie e sportive utilizzando indicazioni date, applicandole al contesto e alle proprie potenzialità 	
Utenti destinatari	Classe: Classi Prime, Seconde e Terze della scuola secondaria di primo grado.

Prerequisiti	<ul style="list-style-type: none"> - Classi Prime: saper coordinare varie abilità motorie in diverse situazioni, controllando il proprio corpo nelle sue relazioni con lo spazio e tempo e riconosce le modificazioni fisiologiche. - Classi Seconde: saper utilizzare azioni motorie in situazioni combinate e riconosce le modificazioni fisiologiche - Classi Terze: saper coordinare azioni motorie, anche complesse, in situazioni variabili con soluzioni personali e riconosce le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità
---------------------	---

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Fase di applicazione	Attività	Strumenti	tempi
1 Presentazione dell'attività Brainstorming sulle capacità condizionali e l'allenamento	a) Allenamento delle capacità motorie (condizionali e coordinative) e prove di valutazione. b) L'allenamento sportivo, fitness, tabata, workout. c) Esercizi con piccoli attrezzi f) prova di corsa campestre g) la camminata nordica h) Raccolta dati	Test di valutazione Circuiti Dispense Piccoli attrezzi Video Esercitazioni Strumenti di rilevazione	Settembre, ottobre, novembre e dicembre
2. Lezioni frontali e pratiche sulle metodologie di allenamento, sugli esercizi per migliorare la propria condizione fisica attraverso attività specifiche	a) La corsa di resistenza b) Il Nordic walking c) Atletica leggera (Velocità, resistenza, staffetta, salti e lanci)	Test di valutazione Circuiti Dispense Piccoli attrezzi Video Esercitazioni Strumenti di rilevazione	Tutto l'anno
3. Lezioni pratiche e laboratoriali sull'importanza del movimento e il riscontro sulle prestazioni	a) Il Nordic walking – tecnica e andature, b) Atletica leggera (Velocità, resistenza, staffetta, salti e lanci) c) Giochi sportivi all'interno della propria classe d) Prove di Atletica leggera o) risultati gare sportive	Test di valutazione Circuiti Dispense Piccoli attrezzi Video Piattaforma Edmodo Esercitazioni Prove di atletica leggera Strumenti di rilevazione	3 mesi, da gennaio a aprile.
Attività in ambiente naturale	q) Attività outdoor, Nordic Walking e camminata	mappe, strumenti di rilevazione	Ottobre- novembre e maggio-giugno
Tempi	Distribuiti su tutto l'anno		
Che cosa fa l'allievo	Ascolta la spiegazione, visiona l'eventuale materiale, esegue gli esercizi e prende consapevolezza dei cambiamenti, esegue le procedure per la corretta misurazione e collabora con i compagni		

Che cosa fa il docente	Spiega, prepara il materiale, dimostra, analizza i test, verifica i risultati, riprende e analizza i prodotti, tabula dati. Organizza manifestazioni sportive all'interno delle singole classi, corsa campestre, giochi sportivi di classe.
-------------------------------	--

UNITA' DI APPRENDIMENTO	
Esperienze attivate	Discussioni, lezioni pratiche, osservazione, analisi del movimento attraverso le abilità motorie Partecipazione prove all'interno della singola classe
Metodologia	<ul style="list-style-type: none"> - Brainstorming - Laboratoriale - Cooperative learning - Lezione Frontale Learning by doing Peer to peer
Risorse umane <ul style="list-style-type: none"> • interne • esterne 	<ul style="list-style-type: none"> - docente ed. fisica - associazioni del territorio, Comune
Strumenti	<ul style="list-style-type: none"> - Vedi strumenti nelle diverse fasi di attivazione
Valutazione	<p>Valutazione dei prodotti in termini collettivi</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacità di lavorare in gruppo ➤ Capacità di comprendere situazioni problematiche a livello motorio ➤ Capacità di problem solving <p>Valutazione dei processi attivati dagli alunni:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Correttezza delle ipotesi risolutive a problemi dati ➤ Correttezza dello svolgimento dei compiti assegnati per le diverse classi ➤ Test motori; ➤ Prove pratiche ➤ Osservazioni sul comportamento di lavoro. <p>Autovalutazione dell'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Questionari <p>Valutazione dell'attività da parte del docente a posteriori relativamente a:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Valutazione/misurazione dell'eventuale distanza degli apprendimenti degli alunni dallo standard di riferimento (valutazione comparativa) ➤ Test motori; ➤ Prove pratiche ➤ Osservazioni sul comportamento di lavoro.

PIANO DI LAVORO UDA

DIAGRAMMA DI GANTT

	Tempi								
Fasi	ottobre	novembre	dicembre	gennaio	febbraio	marzo	aprile	maggio	giugno
1									
2									
3									
4									

DOCUMENTAZIONE DELL'ESPERIENZA

UNITA' DI APPRENDIMENTO	
Denominazione	Dalla mano alla racchetta
Compito - prodotto	Esecuzione dei fondamentali del ping pong e tennis
Competenze mirate <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro in ambito sportivo. - Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico, dinamico e il disequilibrio. - Saper adattare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazioni dinamiche. - Conoscere gli elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche dell'azione motoria - <i>Conoscere e applicare strategie di gioco individuale</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Competenza alfabetica funzionale Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative. • competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare Agire in modo autonomo e responsabile, conoscendo e osservando regole e norme. Collaborare e partecipare comprendendo i diversi punti di vista delle persone Capacità di collaborare, rispetto del lavoro altrui Partecipare attivamente alle attività portando il proprio contributo personale. Reperire, organizzare, utilizzare informazioni da fonti diverse per assolvere un determinato compito.
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
Competenza alfabetica funzionale	
Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative.	Descrivere oggetti, luoghi, persone e personaggi, esporre procedure selezionando le informazioni significative in base allo scopo e usando un lessico adeguato all'argomento.
Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare	
Agire in modo autonomo e responsabile, conoscendo e osservando regole e norme. Collaborare e partecipare comprendendo i diversi punti di vista delle persone Capacità di collaborare, rispetto del lavoro altrui. Conoscere e rispettare il protocollo Covid	Partecipare all'attività confrontandosi con gli altri, valutando le varie soluzioni proposte, assumendo e portando a termine ruoli e compiti; prestare aiuto a compagni e persone in difficoltà. Contribuire alla stesura del regolamento della classe e al rispetto di esso ed in generale alla vita della scuola. Essere responsabile dei comportamenti personali in ottemperanza delle norme di contenimento dell'emergenza sanitaria.

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Partecipare attivamente alle attività portando il proprio contributo personale.
Reperire, organizzare, utilizzare informazioni da fonti diverse per assolvere un determinato compito.

Organizzare e rielaborare autonomamente le informazioni scegliendo gli strumenti più idonei allo scopo. Operare collegamenti tra conoscenze anche di diverse aree disciplinari in modo autonomo e sicuro individuando relazioni significative anche con l'attualità

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Classi Prime	
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
<ul style="list-style-type: none"> Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse Conoscere le varie abilità motorie di base nelle azioni e il concetto di lateralizzazione. Conoscere e applicare strategie individuali nel gioco con attrezzi 	<ul style="list-style-type: none"> Saper coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). Saper 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.
Classi Seconde- Classi terze	
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
<ul style="list-style-type: none"> Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse Conoscere le varie abilità motorie di base nelle azioni e il concetto di lateralizzazione. Conoscere le esperienze vissute di controllo posturale e tonico muscolare Conoscere e applicare strategie individuali nel gioco con attrezzi 	<ul style="list-style-type: none"> Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport con l'uso di racchette di vario tipo. Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. Saper 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. Saper utilizzare e correlare le variabili spaziotemporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.
Traguardi per lo sviluppo delle competenze <ul style="list-style-type: none"> - Coordina una varietà di abilità motorie controllando il corpo nelle sue relazioni con lo spazio e tempo - Ha consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e all'evoluzione psicofisica - Padroneggia le azioni motorie complesse, rielaborando le informazioni di cui dispone in contesti anche non programmati - Mette in atto differenti azioni motorie, utilizzando le informazioni di cui dispone adeguandole al contesto e alle proprie potenzialità. - Esegue azioni motorie e sportive utilizzando indicazioni date, applicandole al contesto e alle proprie potenzialità 	
Utenti destinatari	Classe: Classi Prime, Seconde e Terze della scuola secondaria di primo grado.

Prerequisiti	<ul style="list-style-type: none"> - Classi Prime: saper coordinare varie abilità motorie in diverse situazioni, controllando il proprio corpo nelle sue relazioni con lo spazio e tempo - Classi Seconde: saper utilizzare azioni motorie in situazioni combinate - Classi Terze: saper coordinare azioni motorie, anche complesse, in situazioni variabili con soluzioni personali e riconosce le variazioni fisiologiche e le proprie potenzialità
---------------------	--

UNITA' DI APPRENDIMENTO

<i>Fase di applicazione</i>	<i>Attività</i>	<i>Strumenti</i>	<i>tempi</i>
1 Presentazione dell'attività Brainstorming sul gioco del tennis	a) Introduzione allo sport del ping pong e tennis e alle sue regole, familiarizzazione con gli attrezzi utilizzati,	Test di valutazione Video Esercitazioni Strumenti di rilevazione	Marzo -maggio
2. Lezioni frontali e pratiche	b) pallapugno, c) go back	Test di valutazione Video Esercitazioni Strumenti di rilevazione	Marzo- aprile
3. Lezioni pratiche sui colpi principali del tennis	d) apprendimento delle varie impugnature e dei colpi fondamentali con particolare riferimento al dritto (sia con la mano dominante che con la non dominante), al rovescio (soprattutto a due mani) e al servizio.	Test di valutazione Video Esercitazioni Prove individuali e a coppie Strumenti di rilevazione	Marzo -aprile
3. Lezione pratiche in campo	Applicazione in fase di gioco con palla viva dei colpi appresi nella prima parte del corso. E' previsto un graduale aumento della velocità del gioco passando attraverso varie fasi per arrivare a scambi di palleggio: afferro e tiro, ammortizzo e tiro, palleggio diretto.	mappe, strumenti di rilevazione	Metà aprile- maggio
Tempi	Marzo -maggio		
Che cosa fa l'allievo	Ascolta la spiegazione, visiona l'eventuale materiale, esegue gli esercizi e prende consapevolezza dei cambiamenti. Conosce il timing per colpire la palla.		
Che cosa fa il docente	Spiega, prepara il materiale, dimostra, verifica i risultati, riprende e analizza i prodotti, tabula dati. Organizza mini tornei all'interno delle singole classi,		

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Esperienze attivate	Discussioni, lezioni pratiche, osservazione, analisi del movimento attraverso le abilità motorie Partecipazione prove all'interno della singola classe
----------------------------	---

UNITA' DI APPRENDIMENTO	
Metodologia	<ul style="list-style-type: none"> - Brainstorming - Laboratoriale - Cooperative learning - Lezione Frontale Learning by doing Peer to peer
Risorse umane <ul style="list-style-type: none"> • interne • esterne 	<ul style="list-style-type: none"> - docente ed. fisica - associazioni del territorio, Comune, campi da tennis
Strumenti	<ul style="list-style-type: none"> - Vedi strumenti nelle diverse fasi di attivazione
Valutazione	<p>Valutazione dei prodotti in termini collettivi</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacità di lavorare in gruppo ➤ Capacità di comprendere situazioni problematiche a livello motorio ➤ Capacità di problem solving <p>Valutazione dei processi attivati dagli alunni:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Correttezza delle ipotesi risolutive a problemi dati ➤ Correttezza dello svolgimento dei compiti assegnati per le diverse classi ➤ Test motori; ➤ Prove pratiche ➤ Osservazioni sul comportamento di lavoro. <p>Autovalutazione dell'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Questionari <p>Valutazione dell'attività da parte del docente a posteriori relativamente a:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Valutazione/misurazione dell'eventuale distanza degli apprendimenti degli alunni dallo standard di riferimento (valutazione comparativa) ➤ Test motori; ➤ Prove pratiche ➤ Osservazioni sul comportamento di lavoro.

PIANO DI LAVORO UDA

DIAGRAMMA DI GANTT

	Tempi								
Fasi	ottobre	novembre	dicembre	gennaio	febbraio	marzo	aprile	maggio	giugno
1									
2									
3									
4									

DOCUMENTAZIONE DELL'ESPERIENZA

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Denominazione	Gioco a scuola	
Compito - prodotto	I fondamentali degli sport di squadra	
Competenze mirate Classi I -II -Conoscere strutture e regole degli schemi motori di base e gioco sport sperimentati - Conoscere diverse modalità di soluzioni motorie realizzate nel gioco - Conoscere le regole, il regolamento e il comportamento da tenere Classi III - Conoscere le regole il regolamento e i comportamenti da tenere in gioco - Conoscere i gesti fondamentali di gioco e sport di squadra - Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione di gioco e/o sport anche finalità di arbitraggio	<ul style="list-style-type: none"> • Competenze alfabetica funzionale Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative. • Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare Agire in modo autonomo e responsabile, conoscendo e osservando regole e norme. Collaborare e partecipare comprendendo i diversi punti di vista delle persone Capacità di collaborare, rispetto del lavoro altrui Partecipare attivamente alle attività portando il proprio contributo personale. Reperire, organizzare, utilizzare informazioni da fonti diverse per assolvere un determinato compito. 	
Conoscenze (sapere)		Abilità (saper fare)
Competenza alfabetica funzionale		
Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative.		Descrive oggetti, luoghi, persone e personaggi, esporre procedure selezionando le informazioni significative in base allo scopo e usando un lessico adeguato all'argomento.
Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare		
Agire in modo autonomo e responsabile, conoscendo e osservando regole e norme. Collaborare e partecipare comprendendo i diversi punti di vista delle persone Capacità di collaborare, rispetto del lavoro altrui		Partecipa all'attività di gruppo confrontandosi con gli altri, valutando le varie soluzioni proposte, assumendo e portando a termine ruoli e compiti; prestare aiuto a compagni e persone in difficoltà Contribuisce alla stesura del regolamento della classe e al rispetto di esso ed in generale alla vita della scuola

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Partecipare attivamente alle attività portando il proprio contributo personale.
Reperire, organizzare, utilizzare informazioni da fonti diverse per assolvere un determinato compito.

Organizza e rielabora autonomamente le informazioni scegliendo gli strumenti più idonei allo scopo. Opera collegamenti tra conoscenze anche di diverse aree disciplinari in modo autonomo e sicuro individuando relazioni significative anche con l'attualità

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Classi Prime	
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conoscere i gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra ✓ Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune. <p>Conoscere gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra. • Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio; • Inventare nuove forme di attività ludico-sportive • Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse, le caratteristiche personali • 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
Classi Seconde- Classi terze	
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo. ✓ Conoscere gli elementi relativi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria ✓ Conoscere i gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra ✓ Conoscere il concetto di strategia e tattica ✓ Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune. ✓ Conoscere gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport anche con finalità di arbitraggio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra. • Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio; • Inventare nuove forme di attività ludico-sportive • Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse, le caratteristiche personali • 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
Traguardi per lo sviluppo delle competenze <ul style="list-style-type: none"> - conosce le tecniche e le regole principali dei giochi e partecipa con fair play - conosce le regole e sa applicare le tecniche di varie discipline sportive praticate mostrando fair play. - Imparare a confrontarsi con i compagni seguendo regole condivise per il raggiungimento di un obiettivo comune 	
Utenti destinatari	Classe: Classi prime, seconde e terze della scuola secondaria di primo grado.
Prerequisiti	<ul style="list-style-type: none"> - Classi Prime: saper coordinare varie abilità motorie in diverse situazioni, controllando il proprio corpo nelle sue relazioni con lo spazio e tempo, - Classi Seconde: saper utilizzare azioni motorie in situazioni combinate, svolgendo un ruolo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi per raggiungere una padronanza del gesto. - Classi Terze: saper coordinare azioni motorie, anche complesse, in situazioni variabili con soluzioni personali, mettendo in atto abilità individuali e consapevolezza del gesto tecnico.

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Fase di applicazione	Attività	Strumenti	tempi
1 Presentazione dell'attività Brainstorming sul gioco ludico e gioco sportivo	b) esercizi i con i piccoli attrezzi c) fondamentali degli sport di squadra, solo a livello individuale e a piccolo gruppo	Circuiti Dispense Piccoli attrezzi Video piattaforma Edmodo Esercitazioni	Tutto l'anno
Tempi	Distribuiti su tutto l'anno		
Che cosa fa l'allievo	Ascolta la spiegazione, osserva il modello, esegue l'esercizio, individualmente,		
Che cosa fa il docente	Spiega, prepara il materiale, dimostra, Organizza attività all'interno del gruppo classe		

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Esperienze attivate	Discussioni, lezioni pratiche, osservazione, analisi del movimento attraverso le abilità motorie Tornei di classe e interclasse
Metodologia	<ul style="list-style-type: none"> - Brainstorming - Laboratoriale - Cooperative learning - Lezione Frontale - Learning by doing - Peer to peer
Risorse umane <ul style="list-style-type: none"> • interne • esterne 	<ul style="list-style-type: none"> - docente ed. fisica - associazioni del territorio, comune
Strumenti	<ul style="list-style-type: none"> - Vedi strumenti nelle diverse fasi di attivazione

UNITA' DI APPRENDIMENTO	
Valutazione	<p>Valutazione dei prodotti in termini collettivi</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacità di lavorare in gruppo ➤ Capacità di comprendere situazioni problematiche a livello motorio ➤ Capacità di problem solving <p>Valutazione dei processi attivati dagli alunni:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Correttezza delle ipotesi risolutive a problemi dati ➤ Correttezza dello svolgimento dei compiti assegnati per le diverse classi ➤ Prove pratiche ➤ Osservazioni sul comportamento di lavoro. <p>Autovalutazione dell'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Questionari <p>Valutazione dell'attività da parte del docente a posteriori relativamente a:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Valutazione/misurazione dell'eventuale distanza degli apprendimenti degli alunni dallo standard di riferimento (valutazione comparativa) ➤ Test motori; ➤ Prove pratiche ➤ Osservazioni sul comportamento di lavoro.

PIANO DI LAVORO UDA

DIAGRAMMA DI GANTT

	Tempi								
Fasi	ottobre	novembre	dicembre	gennaio	febbraio	marzo	aprile	maggio	giugno
1									
2									
3									
4									

DOCUMENTAZIONE DELL'ESPERIENZA

UNITA' DI APPRENDIMENTO	
Denominazione	Mi oriento
Compito - prodotto	Prova di orienteering
Competenze mirate Saper svolgere una prova outdoor di orienteering, leggendo una mappa in piccolo gruppo	<ul style="list-style-type: none"> • Competenza alfabetica funzionale: Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative. • Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare: Agire in modo autonomo e responsabile, conoscendo e osservando regole e norme. Collaborare e partecipare comprendendo i diversi punti di vista delle persone Capacità di collaborare, rispetto del lavoro altrui Partecipare attivamente alle attività portando il proprio contributo personale. Reperire, organizzare, utilizzare informazioni da fonti diverse per assolvere un determinato compito • Competenza imprenditoriale: capacità di pianificare e gestire le fasi di lavoro, creatività
Capacità	Abilità (saper fare)
Competenza alfabetica funzionale	
Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative. -	- Descrive oggetti, luoghi, persone e personaggi, esprime procedure selezionando le informazioni significative in base allo scopo e usando un lessico adeguato all'argomento
Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare	
Concetto di "gruppo cooperativo" Partecipare attivamente alle attività portando il proprio contributo personale. Reperire, organizzare, utilizzare informazioni da fonti diverse per assolvere un determinato compito.	Partecipare alle attività di gruppo confrontandosi con gli altri, prestare aiuto a compagni e persone in difficoltà Organizza e rielabora autonomamente le informazioni scegliendo gli strumenti più idonei allo scopo. Opera collegamenti tra conoscenze anche di diverse aree disciplinari in modo autonomo e sicuro individuando relazioni significative anche con l'attualità
Consapevolezza matematica e competenza in scienze, tecnologia e ingegneria	
- Le tabelle - Le mappe	- Costruire, utilizzare tabelle e mappe - Passare dal linguaggio simbolico al linguaggio verbale e viceversa
Assumersi le proprie responsabilità, chiede aiuto quando è in difficoltà e sa fornire aiuto agli altri	- Partecipa attivamente - Formula ipotesi

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Classi Prime e Seconde	
Conoscenze (sapere)	Abilità (saper fare)
<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le tecniche base dell'orienteeering • Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse • Attivare comportamenti di collaborazione, cooperazione e solidarietà • Sviluppare competenze sociali per attuare momenti di cooperative learning • Acquisire la consapevolezza del valore dell'ambiente e della sua tutela 	<ul style="list-style-type: none"> • Capacità di orientarsi nello spazio attraverso la lettura di una cartina • Saper riconoscere e valutare i percorsi da attuare per il raggiungimento dell'obiettivo • Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipazione in forma propositiva alle scelte della squadra.
Traguardi per lo sviluppo delle competenze <ul style="list-style-type: none"> - impara a conoscere l'ambiente circostante (artificiale e/o naturale) e lo rispetta; - sviluppa la capacità di osservazione e di percezione degli spazi; - aumenta lo spirito di collaborazione e di condivisione proponendo strategie e tattiche. - 	
Utenti destinatari	Classe: Classi prime,
Prerequisiti	<ul style="list-style-type: none"> - Classi Prime e Seconde - organizza il movimento in forma individuale e in gruppo in relazione agli elementi spaziali anche in ambiente naturale - Partecipa e contribuisce alle scelte con interventi personali (problem solving) - Conosce una mappa

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Fase di applicazione	Attività	Strumenti	tempi
1 Presentazione dell'attività	a) Attività in classe	Mappa LIM	Ottobre
2. lezioni laboratoriali	b) Attività in palestra c) Attività individuali analizzare vantaggi e svantaggi dei diversi strumenti di orientamento d) Le carte per l'orienteering	Mappe - Carte geografiche - Piccoli attrezzi	maggio
3. Lezioni pratiche e laboratoriali	l) Attività in ambiente naturale f) Organizzazione di una gara di orienteering	- Mappe - Fogli A4 - Pennarelli e colori	Maggio, giugno
Tempi	ottobre, maggio, giugno		
Che cosa fa l'allievo	Ascolta la spiegazione, visiona il materiale, esegue gli esercizi, costruisce una mappa della classe, riconosce i simboli		
Che cosa fa il docente	Spiega, prepara il materiale. Organizza manifestazioni e percorsi		

UNITA' DI APPRENDIMENTO

Esperienze attivate	Discussioni, lezioni pratiche, osservazione, costruzione di un percorso per una gara di orienteering
Metodologia	<ul style="list-style-type: none"> - Brainstorming - Laboratoriale - Cooperative learning - Lezione Frontale Learning by doing Peer to peer
Risorse umane <ul style="list-style-type: none"> • interne • esterne 	<ul style="list-style-type: none"> - docente ed. fisica - docente di matematica - docente di geografia
Strumenti	- Vedi strumenti nelle diverse fasi di attivazione

UNITA' DI APPRENDIMENTO	
Valutazione	<p>Valutazione dei prodotti in termini collettivi</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacità di lavorare in gruppo ➤ Capacità di comprendere situazioni problematiche a livello motorio ➤ Capacità di problem solving <p>Valutazione dei processi attivati dagli alunni:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Correttezza delle ipotesi risolutive a problemi dati ➤ Correttezza dello svolgimento dei compiti assegnati per le diverse classi ➤ Prove pratiche ➤ Osservazioni sul comportamento di lavoro. <p>Autovalutazione dell'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Questionari <p>Valutazione dell'attività da parte del docente a posteriori relativamente a:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Valutazione/misurazione dell'eventuale distanza degli apprendimenti degli alunni dallo standard di riferimento (valutazione comparativa) ➤ Test motori; ➤ Prove pratiche ➤ Osservazioni sul comportamento di lavoro.

PIANO DI LAVORO UDA

DIAGRAMMA DI GANTT

	Tempi								
Fasi	ottobre	novembre	dicembre	gennaio	febbraio	marzo	aprile	maggio	giugno
1									
2									
3									

DOCUMENTAZIONE DELL'ESPERIENZA