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;

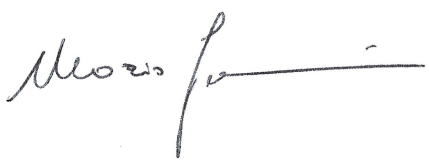
2. INDIVIDUAZIONE DEGLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO				
INDICATORE: IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
E' consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.	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)			

Via Bonvesin de la Riva, 1
20025 LEGNANO (MI)
☏ 0331548306 🖷 0331546802
info@icsbonvesin.edu.it
miic8d9008@istruzione.it
miic8d9008@pec.istruzione.it
Codice meccanografico: MIIC8D9008
Codice fiscale: 92044520150

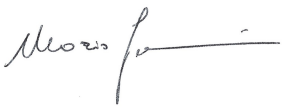
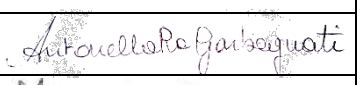
INDICATORE: SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE, SICUREZZA				
TRAGUARDI DI COMPETENZA	**CONOSCENZE**	**ABILITÀ**	**CONTENUTI/ATTIVITÀ**	**PERIODO/ORE**
Ha consapevolezza del proprio corpo, ha cura della sua salute ed agisce in sicurezza.	Le modificazioni del proprio corpo durante l'attività	Assumere corretti 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	
☐ Test oggettivi (es. (a scelta multipla, vero/falso, di corrispondenza, di collegamento)	1
☐ Prove pratiche	3

Documento redatto dal docente referente del dipartimento disciplinare		
data	*nome e cognome*	*firma*
Legnano, 10/09/2026	**Moris Ferrario**	

Condiviso dai componenti del DIPARTIMENTO DISCIPLINARE in data 10/09/2026

DOCENTI DIPARTIMENTO	
Cognome - Nome	**Firma**
Ferrario Moris	
Re Garbagnati Antonella	
Trupia Giovannipio	