FITLAB

In linea con le **Nuove Indicazioni Nazionali**

EDUCAZIONE FISICA



Le Indicazioni Nazionali collocano l'Educazione fisica dentro una cornice interdisciplinare e sistemica: il corpo in azione è considerato nella sua unità fisica, cognitiva, emotiva e sociale, con forte attenzione a stili di vita attivi, inclusione e benessere. Sono richiamati riferimenti internazionali (Agenda 2030, WHO, UNESCO, ISPAH, Pilastro UE) e si valorizzano pause attive e l'outdoor education.

NOVITÀ PRINCIPALI PER LA DISCIPLINA

- **5 dimensioni interconnesse** (stili di vita attivi e sani, motoria, cognitiva, sociale, emotivo-relazionale): approccio sistemico con un focus su salute e benessere
- **Interdisciplinarità:** integrazione con scienze e altre discipline, Educazione civica e competenze cognitive
- **Educazione civica e riferimenti internazionali:** allineamento all'Agenda 2030 e ai piani europei (Pilastro UE, WHO, ISPAH e Carta UNESCO) per contrastare la sedentarietà
- **Partecipazione continuativa** (scuola "attiva"): pause attive, mobilità casa-scuola e *outdoor education*
- **Tecnologie a supporto** (non sostitutive): monitoraggio delle prestazioni (passi, cardio, geolocalizzazione), uso critico del digitale e riflessioni su corpo/immagine; possibili feedback con IA
- **Inclusione e personalizzazione:** accesso per tutti, giochi cooperativi e differenziazione didattica
- **Valutazione**: osservazioni strutturate, rubriche, check-list, diari e autovalutazione

COME RISPONDE **FITLAB**?

- **5 dimensioni interconnesse**: struttura per Unità suddivise in schemi motori, anatomia e fisiologia, capacità motorie; le schede *Salute e benessere* e sul *fair play*; Unità tematiche dedicate agli stili di vita salutari, alle app e alle "tecnologie per il movimento", alla sicurezza e al primo soccorso, all'espressione con il corpo e alla comunicazione e alle attività outdoor; gli sport di squadra (in particolare pallavolo, pallacanestro, calcio a 5)
- **Interdisciplinarità**: i paragrafi STEM legati a Scienze, i compiti di realtà, l'Unità sull'uso delle app e dell'IA, i box *Chiedilo all'IA*, il glossario CLIL, la storia dello sport e delle Olimpiadi
- **Educazione civica e riferimenti internazionali**: paragrafi e schede targati con il simbolo dell'Agenda 2030, tra cui le schede *Salute e benessere* e sul *fair play* e le Unità dedicate agli stili di vita salutari, alla sicurezza e al primo soccorso e all'inclusione
- **Partecipazione continuativa**: l'Unità dedicata agli stili di vita salutari e quella sulle attività outdoor; ulteriori indicazioni nella Guida per il docente
- **Tecnologie a supporto**: l'Unità dedicata alle app e alle "tecnologie per il movimento" con i giochi con l'IA; i box *Chiedilo all'IA* nei compiti di realtà
- **Inclusione e personalizzazione**: infografiche, testo segmentato da titoletti, glossario in italiano, test motori con varianti per livello, mappe visive in ogni Unità, giochi motori e di attivamento agli sport; l'Unità con sezione dedicata all'inclusione; una sezione dedicata alle Attività Fisiche Adattate nella Guida per il docente
- **Valutazione**: box *Imparo a scegliere* con domande stimolo, diari giornalieri e settimanali, test motori per le singole capacità, test a scelta multipla teorici, attività *Mi metto alla prova* e compiti di realtà alla fine di ogni Unità

SEI