



DEASCUOLA

# Progettare e valutare le competenze motorie: dalla teoria alla pratica

*Non c'è educazione senza Educazione fisica*

---

30 Novembre '23 Barletta

20 Febbraio '24 Lodi

14 Marzo '24 Perugia

# I RELATORI – Barletta



## **Giuseppe Diana**

I.S.E.F. e laurea magistrale in scienze dell'attività motoria e sportiva, Corso Superiore di Management dello Sport di Alto Livello, master di primo livello in Psicobiologia dell'attività motoria e sportiva. Tutor per i corsi TFA e docente delle Scuole regionali del C.O.N.I. Docente nel liceo classico a Enna, specializzato nell'insegnamento agli alunni con disabilità. Referente Capdi&LSM APA.



## **Luigi Di Franco**

Diplomato I.S.E.F., docente Scienze Motorie, e specializzato nel sostegno per gli alunni con disabilità  
Delegato tecnico prov.le FIGC - SGS  
Allenatore UEFA B



## **Francesco Mastrorillo**

Laurea Magistrale in scienze motorie e sportive, docente di SM presso Liceo Sportivo a Barletta, collabora per la Formazione Capdi&LMS e delegato provinciale Federazione Italiana Badminton. Attualmente collabora con Asd locali di Calcio e Nuoto.



## **Viviana Zito**

Laurea in Scienze Motorie e Laurea in Scienze dell'Educazione,. Formatrice metodologia CLJL per la Regione Puglia.  
Ha insegnato all'estero e tutt'ora collabora con Università straniere. Rappresentante del Sud Europa per l'EUPEA e Referente nazionale del progetto European School day e per l'European Physical Education Teacher day

# DI COSA PARLEREMO

1. Normativa di riferimento
2. Competenze e didattica
3. Valutazione delle competenze
4. Progettazione per competenze e inclusione
5. Tecnologie
6. Educazione civica
7. Unità di apprendimento e il curricolo
8. Format di UDA
9. Esempio di UDA
10. Al pomeriggio esperienza in palestra

# 1. NORMATIVA

---



# LA DISCIPLINA

## SECONDARIA 2° GRADO

*Regolamenti 87 88 89/ 2010*

**SCIENZE MOTORIE  
E SPORTIVE**

## SECONDARIA 1° GRADO

*DPR 254/2012*

**EDUCAZIONE  
FISICA**

## PRIMARIA

*DPR 254/2012*

*L.234/2021*

**EDUCAZIONE  
FISICA**

**EDUCAZIONE  
MOTORIA (classi V)**

## INFANZIA

*Campo d'esperienza DPR 254/2012*

**CORPO E  
MOVIMENTO**

Per comprendere il ruolo dell'educazione fisica e delle Scienze motorie e sportive occorre avere ben chiaro qual è il quadro di riferimento normativo:

**1° ciclo:**

**INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO  
del 2012**

[https://www.miur.gov.it/documents/20182/51310/DM+254\\_2012.pdf/1f967360-0ca6-48fb-95e9-c15d49f18831?version=1.0&t=1480418494262](https://www.miur.gov.it/documents/20182/51310/DM+254_2012.pdf/1f967360-0ca6-48fb-95e9-c15d49f18831?version=1.0&t=1480418494262)

**2° ciclo:**

**INDICAZIONI NAZIONALI + LINEE GUIDA  
+ REGOLAMENTI del 2010**

[https://www.indire.it/lucabas/lkmw\\_file/licei2010/indicazioni\\_nuovo\\_impaginato/\\_decreto\\_indicazioni\\_nazionali.pdf](https://www.indire.it/lucabas/lkmw_file/licei2010/indicazioni_nuovo_impaginato/_decreto_indicazioni_nazionali.pdf)

# NORMATIVA SCUOLA DEL PRIMO CICLO

**infanzia - primaria - secondaria di 1° grado**

## INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO

**D.M. 254 del 16 novembre 2012  
regolamento ministro Profumo  
in vigore dal 1 settembre 2013**

# DALLE INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO

**PROFLO** DELLO STUDENTE  
AL TERMINE DEL PRIMO CICLO



**TRAGUARDI** PER LO SVILUPPO  
DELLE COMPETENZE



**OSA: OBIETTIVI SPECIFICI**  
DI APPRENDIMENTO

## prescrittivo

- competenze riferite alle discipline + cittadinanza.
- ognuno deve dimostrare di averlo raggiunto
- c'è il **MOTORIO** ( non c'era nella bozza)

## Prescrittivi al termine di ..

- costituiscono criteri per la valutazione delle competenze attese
- la scuola si impegna perché ogni alunno possa conseguirli
- sono il fine dell'azione didattica (l'itinerario lo sceglie la scuola)

- indicano conoscenze e abilità indispensabili per raggiungere i traguardi
- costituiscono la progettazione
- definiti per periodi lunghi :  
triennio infanzia,  
quinquennio primaria,  
triennio secondaria.

## secondaria di 2° grado: licei, tecnici e professionali

### INDICAZIONI NAZIONALI + LINEE GUIDA

#### Regolamenti Gelmini 2010/Profumo 2012

Professionali. DPR n. 87 del 15 marzo 2010

Tecnici. DPR n. 88 del 15 marzo 2010

Licei biennio DPR n. 89 del 15 marzo 2010

# DALLE INDICAZIONI NAZIONALI + LINEE GUIDA + REGOLAMENTI

**PECUP** PROFILO DELLO STUDENTE  
NEI TECNICI E PROFESSIONALI

**RISULTATI** DI APPRENDIMENTO  
NEI 6 LICEI



**LINEE GENERALI E**  
**COMPETENZE** DI  
**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**



**OSA: OBIETTIVI SPECIFICI**  
**DI APPRENDIMENTO**

**prescrittivo / prescrittivi**

- descrive le competenze attese in tutte le discipline

**Prescrittive al termine di ..**

- costituiscono criteri per la valutazione delle competenze attese
- la scuola si impegna perché ogni alunno possa conseguirli
- sono il fine dell'azione didattica
- l'itinerario lo sceglie la scuola/dipartimento

- indicano conoscenze e abilità indispensabili per raggiungere le competenze

- costituiscono la progettazione

- Sono suddivisi in:

primo biennio, secondo biennio e 5 anno

# E NELLA SCUOLA PRIMARIA?

- **FINANZIARIA 2022 L. 23 commi 329 / 338 + CM 2116**

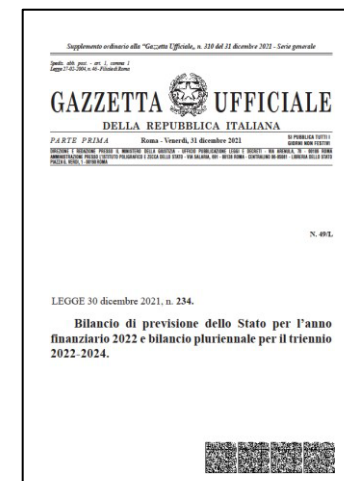
introdotto l'insegnamento dell'educazione motoria nella scuola primaria nelle classi quinte dal 2022/23 e nelle classi quarte dal 2023/24 ( le ore di EM sono aggiuntive nel tempo normale e in compresenza nel tempo pieno)

- nelle indicazioni nazionali del 2012 si chiama **EDUCAZIONE FISICA**

- nella legge si chiama **EDUCAZIONE MOTORIA ( classi V)**

- nella classe di concorso si chiama **EEEM**

**«SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE NELLA SCUOLA PRIMARIA»**



# PUBBLICAZIONE CAPDI

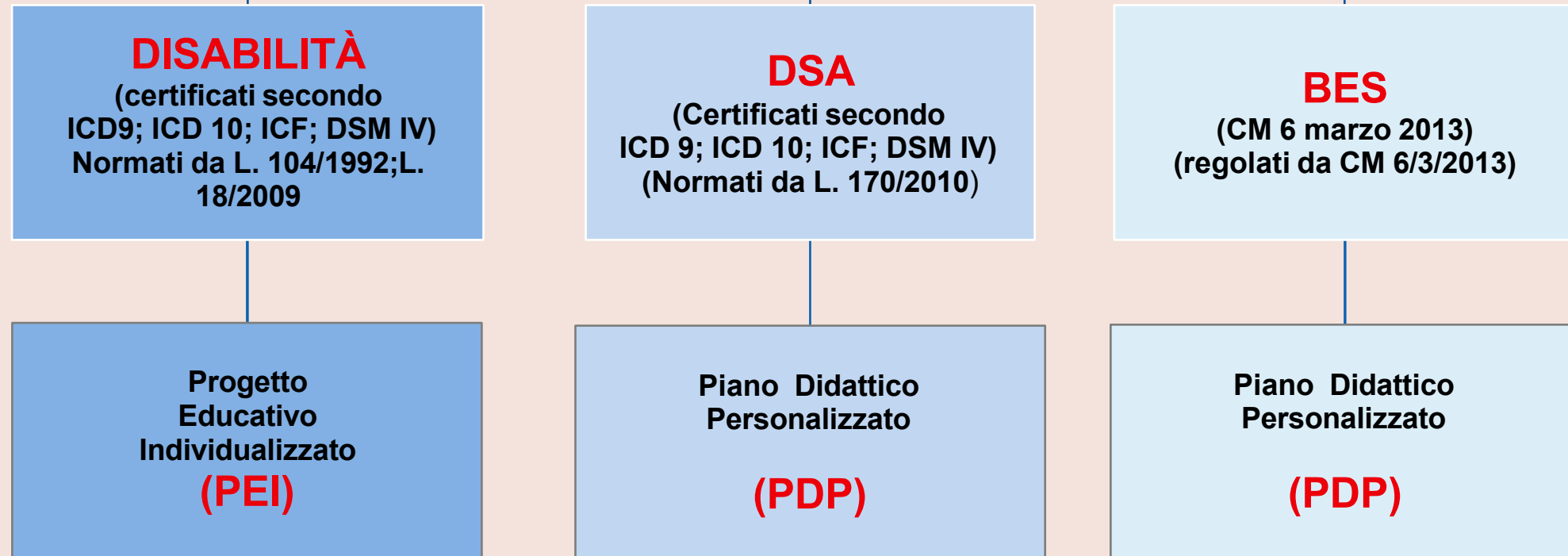
## NOVITÀ 2023



# DOCUMENTI PER REALIZZARE L'INCLUSIONE



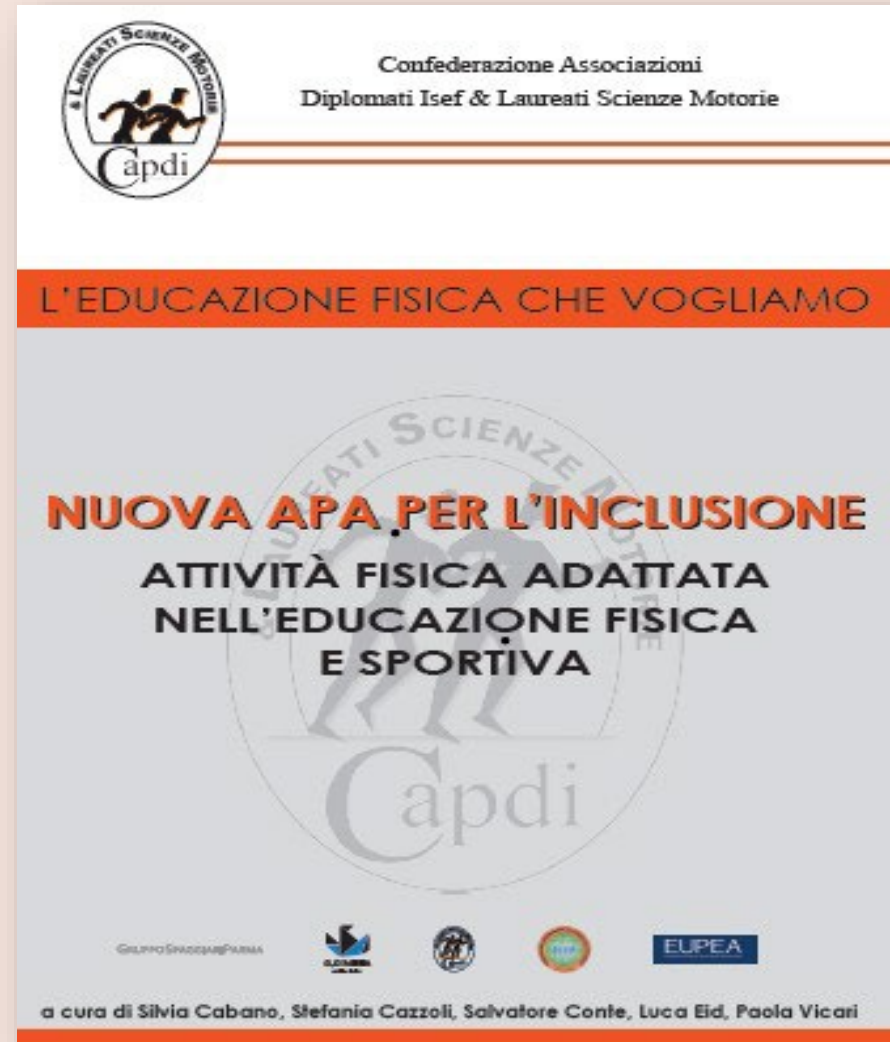
## ETEROGENEITÀ DELLE CLASSI STUDENTI CON...



**Piano Annuale per l'Inclusione (PAI)** Direttiva 27 dicembre 2012 e C.M. n. 8/2013 BES

**Piano Individuale Apprendimenti (PIA)** OM VALUTAZIONE FINALE ALUNNI A.S. 19-20 RECUPERO APPRENDIMENTI 16-05-2020

# PUBBLICAZIONE CAPDI



# 2. COMPETENZE

---



# COMPETENZE 2008

## Raccomandazione Parlamento Europeo

Indicano la comprovata capacità di usare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e/o metodologiche, in situazioni di lavoro o di studio e nello sviluppo professionale e/o personale; le competenze sono descritte in termine di responsabilità e autonomia.

# COMPETENZE CHIAVE UE PER L' APPRENDIMENTO PERMANENTE 2018



*La Commissione Europea il 23 maggio 2018 ha pubblicato la nuova direttiva che sostituisce quella del 2006.*

1. Comunicazione nella madrelingua
2. Comunicazione nelle lingue straniere
3. Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia
4. Competenza digitale
5. Imparare a imparare
6. Competenze sociali e civiche
7. Spirito di iniziativa e imprenditorialità
8. Consapevolezza ed espressione culturale

- 1. Competenza alfabetica funzionale**
- 2. Competenza multilinguistica**
- 3. Competenza matematica e in scienze e tecnologia e ingegneria**
- 4. Competenza digitale**
- 5. Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare**
- 6. Competenze in materia di cittadinanza**
- 7. Competenza imprenditoriale**
- 8. Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale**

# COMPETENZE CHIAVE DI CITTADINANZA

*Decreto N.139 Del 2007 Regolamento sull'obbligo di Istruzione*



1. Imparare ad imparare
2. Progettare
3. Comunicare
4. Collaborare e partecipare
5. Agire in modo autonomo e responsabile
6. Risolvere problemi
7. Individuare collegamenti e relazioni
8. Acquisire e interpretare le informazioni

# COMPETENZE: SAPERE, SAPER FARE, SAPER ESSERE

*“Capacità di far fronte ad un compito riuscendo a mettere in moto ed a orchestrare le proprie risorse interne, cognitive, affettive e volitive, e a utilizzare quelle esterne disponibili in modo coerente”* Pellerey, 2004

**CONOSCENZE**

**ABILITÀ**

**CHE COSA SI APPRENDE?**

**ATTEGGIAMENTI**

**COME SI APPRENDE?**

**MOTIVAZIONE**

**RUOLO SOCIALE**

**IMMAGINE DI SÈ**

**IMPEGNO  
CONSAPEVOLEZZA**

**SENSIBILITÀ AL  
CONTESTO**

**STRATEGIE  
METACOGNITIVE**

# DEFINIZIONE DI COMPETENZA MOTORIA

2006 CAPDI & LSM

***La competenza motoria indica la comprovata capacità di usare conoscenze, abilità e capacità personali, sociali e metodologiche, in ambito ludico, espressivo, sportivo, del benessere e del tempo libero, e sono espresse in termini di responsabilità, autonomia e consapevolezza.***

# LECOMPETENZE MOTORIE

**MINISTERO 2010**

INDICAZIONI NAZIONALI  
LICEI TECNICI E  
PROFESSIONALI



**MINISTERO 2012**

INDICAZIONI NAZIONALI  
PER IL CURRICOLO  
PRIMO CICLO



# COMPETENZE MOTORIE CAPDI & LSM

## I saperi essenziali, le competenze chiave, i nuclei fondanti

### MOVIMENTO

- il corpo e la sua conoscenza
- la coordinazione e l'adattamento allo spazio e al tempo
- l'attività in ambiente naturale

### LINGUAGGI DEL CORPO

- componente comunicativo-espressiva
- componente emozionale
- dimensione del ritmo

### GIOCO E SPORT

- aspetti cognitivi
- aspetto partecipativo e relazionale
- aspetto del fair play e del rispetto delle regole

### SALUTE E BENESSERE

- ambito della prevenzione degli infortuni e della sicurezza
- ambito della salute e del benessere e degli stili di vita

# PUBBLICAZIONE CAPDI

## LE NUOVE COMPETENZE MOTORIE DAI 3 AI 19 ANNI

percorso di lavoro realizzato dal gruppo di ricerca della CAPDI & LSM  
Confederazione Associazioni Provinciali Diplomatici ISEF & Laureati in Scienze Motorie

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDIRIA 1° GRADO		SECONDIRIA 2° GRADO		
	BIENNIO	TRIENNIO	BIENNIO	TRIENNIO	PRIMO BIENNIO	SECONDO BIENNIO	PRIMO ANNO	SECONDO ANNO	QUINTO ANNO
<b>Movimento</b>	[Contenuto del documento]								
<b>Linguaggi del corpo</b>	[Contenuto del documento]								
<b>Gioco Sport</b>	[Contenuto del documento]								
<b>Salute e Benessere</b>	[Contenuto del documento]								

## GLI STANDARD E I LIVELLI DI APPRENDIMENTO DELLE COMPETENZE MOTORIE

percorso di lavoro realizzato dal gruppo di ricerca della CAPDI & LSM  
Confederazione Associazioni Provinciali Diplomatici ISEF & Laureati in Scienze Motorie

	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDIRIA 1° GRADO	SECONDIRIA 2° GRADO	
				BIENNIO	TRIENNIO
<b>Movimento</b>	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]
<b>Linguaggi del corpo</b>	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]
<b>Gioco Sport</b>	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]
<b>Salute e Benessere</b>	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]	[Contenuto]



Confederazione Associazioni  
Diplomatici Isef & Laureati Scienze Motorie

---

L'EDUCAZIONE FISICA CHE VOGLIAMO



**nuove**  
**LE COMPETENZE MOTORIE**  
**DAI 3 A 19 ANNI**

a cura di Lucia Innocente

in collaborazione con





# 3. VALUTAZIONE

---



# SIGNIFICATO DEL TERMINE *VALUTAZIONE*

Evaluation: valutazione dal latino “valeo”  
**= dare valore**

Assessment: processo valutativo dal latino “assideo”  
**= sedersi assieme**

*La valutazione deve essere un processo integrato al percorso formativo che si pone come **dialogo educativo** con lo studente e la famiglia*

# FINALITÀ DELLA VALUTAZIONE

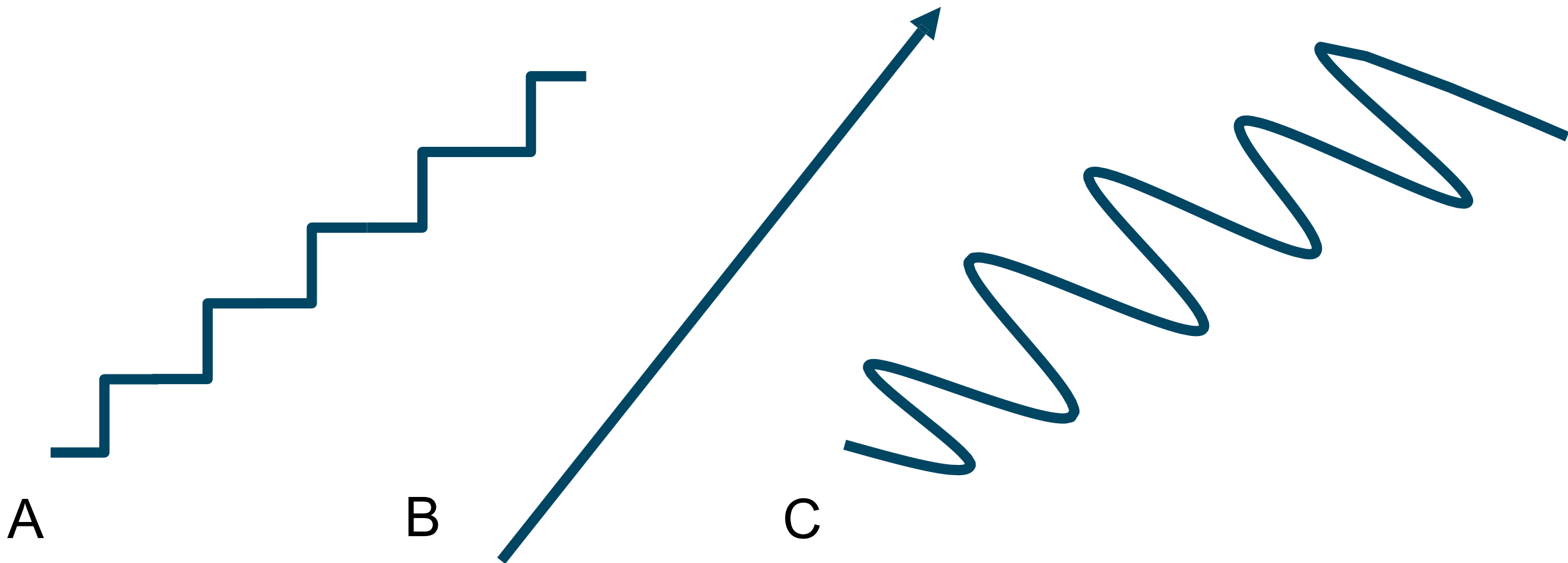
- ✓ Orientamento della progettazione
- ✓ Verifica e aggiustamento del progetto in atto
- ✓ Verifica del ritmo di adattamento e di sviluppo delle competenze
- ✓ Prescrizione di procedure metodologie differenziate e individualizzate
- ✓ Doveri nei confronti degli studenti
- ✓ Promozione dell'autovalutazione di ciascuno
- ✓ Atto formale della funzione docente

# CARATTERISTICHE DELLA VALUTAZIONE

Scelta dell'oggetto	→	cosa valutare?	<b>OSSERVAZIONE</b>
Misura	→	strumenti e misura	<b>CODIFICA</b>
Interpretazione	→	analisi e confronto	<b>GIUDIZIO</b>



# APPRENDIMENTO NON LINEARE



# VALUTARE COSA?

## 3 FONTI PER LA VALUTAZIONE

**RISULTATI**



**Che cosa?**

Tutte le volte che un'attività formativa prevede la realizzazione di un prodotto, di un compito, questo può essere utilizzato come misuratore delle competenze del soggetto. E' l'ambito tradizionale in cui lo studente dimostra di sapersi muovere in modo agevole e valido anche al di fuori della ripetizione, dimostrando adattamento e flessibilità

**PROCESSO**



**Come?**

La competenza è rilevata attraverso il modo di operare del soggetto competente. Il comportamento può essere descritto oppure rappresentato da un obiettivo.  
Il docente osserva l'atteggiamento dello studente mentre svolge il compito  
E' necessario definire delle categorie osservative.  
Occorre fare diverse osservazioni.

**AUTOPERCEZIONE**



**Autoconsapevolezza?**

La competenza è valutata attraverso la descrizione da parte del soggetto del modo in cui ha affrontato, realizzato e controllato il processo di esecuzione del compito affidatogli. Descrizione del come e del perché nella successione delle operazioni, giustificando le scelte, anche valutando il risultato.

# COMPITO UNITARIO

- sinonimi: compito esemplare, compito significativo, evidenza
- ciò che l'alunno deve dimostrare di saper fare al termine del percorso
- coerente con la competenza attesa
- coerente con l'unità di apprendimento UDA
- orienta il percorso: è il traguardo
- per l'allievo rappresenta il momento della **verifica** della valutazione (**autovalutazione**) in cui si rende conto di qual'è il suo livello di apprendimento e quali sono i suoi progressi
- per l'insegnante rappresenta il momento di validazione o meno del percorso
- per l'insegnante è importante creare delle prove precise, misurabili, utili e prevedere anche dei percorsi di recupero per aiutare nell'apprendimento

# COMPITO UNITARIO

## COSA?

**PRODOTTO** o performance (sequenza di acrosport, partita, escursione in ambiente naturale, esibizione, ...) o anche

**PROBLEMA** o prova (arbitrare una partita, osservazione dell'attività dei compagni, scegliere una strategia in fase di gioco, eseguire una sequenza con attrezzi o un circuito, inventare un gioco ...)

## COME?

Mettendo in atto conoscenze, abilità, strategie, atteggiamenti adeguati in modo responsabile e autonomo

# LIVELLI DI POSSESSO DELLA COMPETENZA

La competenza si apprende e progredisce per livelli

Si tratta di accertare la presenza di un LIVELLO in una scala

Il livello di sviluppo della competenza esprime il grado di possesso *qualitativo e quantitativo* della competenza.

Nel Dlgs 62/2017 ne vengono individuati quattro:

<b>iniziale</b>	<b>possiede solo in parte - si avvicina</b>
<b>base</b>	<b>si avvicina - possiede il livello stabilito</b>
<b>intermedio</b>	<b>possiede - supera il livello stabilito</b>
<b>avanzato</b>	<b>supera - eccelle il livello stabilito</b>

# VALUTAZIONE DI PRODOTTO

misurazione/osservazione del prodotto

LIVELLO INIZIALE	LIVELLO BASE	LIVELLO INTERMEDIO	LIVELLO AVANZATO
<p>Il compito è stato realizzato con diverse imperfezioni e denota un livello di competenza <b>incompleto</b> anche se <b>guidato</b></p> <p>Seguidato</p>	<p>Il compito risulta essere semplice, essenziale ed abbastanza corretto. Dimostra di essere in grado di utilizzare le principali conoscenze e <b>eseguire</b> le abilità richieste</p> <p>Esegue</p>	<p>Il compito risulta essere ben affrontato e nel complesso corretto dimostrando di aver raggiunto un buon livello di controllo</p> <p>Controlla</p>	<p>Il compito è affrontato con sicurezza, è corretto e preciso. Dimostra un'ottima <b>padronanza</b></p> <p>Padroneggia</p>

# VALUTAZIONE DI PROCESSO

Osservazione dell'atteggiamento durante il percorso (il punto di vista dell' insegnante )

## PARTECIPAZIONE:

interesse, motivazione, assunzione di ruoli, assunzione di incarichi, offrire il proprio punto di vista, proporre soluzioni funzionali

- 4 Efficace, costruttiva
- 3 Attiva, regolare
- 2 esecutiva, selettiva
- 1 Dispersiva, indotta

## IMPEGNO:

continuità, disponibilità ad organizzare, esecuzione accurata e puntuale di compiti, volontà di utilizzare le conoscenze e le informazioni per le proprie azioni, rispetto dei tempi di lavoro e delle consegne

- 4 Costante, determinato
- 3 Regolare, pertinente
- 2 essenziale, standardizzato
- 1 Discontinuo, saltuario

## RELAZIONE:

atteggiamenti collaborativi e cooperativi, disponibilità all'inclusione, capacità di gestire la comunicazione e risolvere conflitti, esprimere e infondere fiducia, creare un clima positivo

- 4 Leader, propositiva, cooperativa
- 3 Disponibile, collaborativa,
- 2 basilare, essenziale
- 1 Selettiva, dipendente, passiva

## AUTONOMIA:

capacità di definire e realizzare programmi personali e capacità di agire in un contesto ampio, capacità di difendere i propri diritti, interessi, limiti e bisogni, autocontrollo, rispetto delle regole e della sicurezza

- 4 consapevole, responsabile, condivisa
- 3 sicura, autocontrollata, regolare
- 2 basilare, meccanica
- 1 guidata, con atteggiamento di accettazione

# AUTOVALUTAZIONE

Questionario di autovalutazione (il punto di vista dell'allievo)

Spiegare meglio

COGNOME NOME CLASSE

	INIZIALE	IN ITINERE	FINALE
1. domanda	Molto Abbastanza Poco Per nulla	Molto Abbastanza Poco Per nulla	Molto Abbastanza Poco Per nulla
2. domanda	In modo sicuro Bene Con qualche incertezza Non riesco	In modo sicuro Bene Con qualche incertezza Non riesco	In modo sicuro Bene Con qualche incertezza Non riesco
3. domanda	Sempre Quando invento Quando eseguo Mai	Sempre Quando invento Quando eseguo Mai	Sempre Quando invento Quando eseguo Mai
4. domanda	In ogni caso Quasi sempre Con qualche difficoltà Non riesco	In ogni caso Quasi sempre Con qualche difficoltà Non riesco	In ogni caso Quasi sempre Con qualche difficoltà Non riesco
5. domanda	Con i compagni Da solo Con l'insegnante Non posso migliorare	Con i compagni Da solo Con l'insegnante Non posso migliorare	Con i compagni Da solo Con l'insegnante Non posso migliorare
6. domanda	Entusiasta Coinvolto Normale Annoiato	Entusiasta Coinvolto Normale Annoiato	Entusiasta Coinvolto Normale Annoiato

# COSTRUIRE UNA RUBRICA PER LA VALUTAZIONE SOMMATIVA

indicatori	INIZIALE D	BASE C	INTERMEDIO B	AVANZATO A
<b>PRODOTTO</b>	Il compito è stato realizzato con diverse imperfezioni e denota un livello di competenza <b>incompleto</b> anche se <b>guidato</b>	Il compito risulta essere semplice, essenziale ed abbastanza corretto. Dimostra di essere in grado di utilizzare le principali conoscenze e <b>eseguire</b> le abilità richieste	Il compito risulta essere ben affrontato e nel complesso corretto dimostrando di aver raggiunto un buon livello di <b>controllo</b> della competenza richiesta	Il compito è affrontato con sicurezza, è corretto e preciso dimostrando un'ottima <b>padronanza</b> della competenza richiesta
<b>PROCESSO</b>	Incontra difficoltà nell'affrontare il compito, riesce ad applicare conoscenze e abilità solo se <b>guidato</b> dall'insegnante o da un pari	E' riuscito a <b>eseguire</b> in autonomia le parti più semplici del compito, dimostrando di possedere conoscenze e abilità essenziali e di saper applicare regole e procedure basilari	Sa agire in modo competente per risolvere la situazione, dimostrando di saper utilizzare e <b>controllare</b> le conoscenze e le abilità richieste	Sa agire in modo esperto, consapevole e originale nello svolgimento del compito, mostrando una <b>padronanza</b> nell'uso delle conoscenze e abilità richieste
<b>CONSAPEVOLEZZA</b>	Mostra un <b>incompleto</b> livello di abilità e una conoscenza approssimativa e imprecisa dei contenuti, delle fasi e degli obiettivi del percorso Proprietà del linguaggio specifico da migliorare	Esegue abilità semplici e ricostruisce procedure semplici ed essenziali dei contenuti, delle fasi e degli obiettivi del percorso Uso basilare del linguaggio specifico	Mostra un buon <b>controllo</b> di abilità e di competenza e una ricostruzione precisa e dettagliata dei contenuti, delle fasi e degli obiettivi del percorso Uso corretto del linguaggio specifico	Mostra un ottimo livello di abilità e di competenza e una <b>padronanza</b> completa, ragionata e approfondita dei contenuti, delle fasi e degli obiettivi del percorso Uso costante e preciso del linguaggio specifico

# DALLA VALUTAZIONE ALLA CERTIFICAZIONE

## Indicazioni di lavoro

Livelli di competenza descritti nella certificazione delle competenze del modello MIUR, previsti nella Raccomandazione europea del 2006  
Descrivere i livelli di competenza attesi per ciascuna evidenza che si intende valutare.

### Livelli di certificazione delle competenze (modello primo ciclo e secondaria 1° grado DLg 62/2017 e DM 742/2017)

Livello	Indicatori esplicativi
A – Avanzato	L'alunno/a svolge compiti e risolve problemi complessi, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità; propone e sostiene le proprie opinioni e assume in modo responsabile decisioni consapevoli.
B – Intermedio	L'alunno/a svolge compiti e risolve problemi in situazioni nuove, compie scelte consapevoli, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite.
C – Base	L'alunno/a svolge compiti semplici anche in situazioni nuove, mostrando di possedere conoscenze e abilità fondamentali e di saper applicare basilari regole e procedure apprese.
D – Iniziale	L'alunno/a, se opportunamente guidato/a, svolge compiti semplici in situazioni note.

### Livelli di certificazione delle competenze (modello biennio obbligo, DM 139/2007)

Livello	Indicatori esplicativi
A – Avanzato	lo studente svolge compiti e problemi complessi in situazioni anche non note, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità. Sa proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli.
B – Intermedio	lo studente svolge compiti e risolve problemi complessi in situazioni note, compie scelte consapevoli, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite.
C – Base	Lo studente svolge compiti semplici in situazioni note, mostrando di possedere conoscenze ed abilità essenziali e di saper applicare regole e procedure fondamentali.
D – Iniziale* "livello base non raggiunto"	Proposta: Se guidato, lo studente svolge compiti semplici in situazioni note, mostrando di possedere conoscenze ed abilità essenziali e di saper applicare regole e procedure fondamentali.

\* la definizione "iniziale" non è presente nel modello ministeriale che usa la formula "livello base non raggiunto"; nel processo di valutazione formativa *in itinere*, si propone però un livello iniziale, in analogia con il modello di certificazione del primo ciclo.

# 4. PROGETTAZIONE

---



# DALLA PROGRAMMAZIONE ALLA PROGETTAZIONE

## PROGRAMMAZIONE

Dal latino “programma-mātis” letteralmente **scrivere prima**

Eeguire un programma stabilito a priori per raggiungere un determinato obiettivo

E' la definizione del percorso o piano già stabilito, delle attività da intraprendere e dei tempi necessari per realizzarle

Lineare, rigida, predefinita, uguale per tutti, indipendentemente dal contesto

**unità didattica**

## PROGETTAZIONE

Dal latino “pro-jacere” letteralmente **gettare avanti**

Gettare un ponte tra un'idea e la sua realizzazione

Stendere un' ipotesi che si verificherà nel tempo in rapporto dinamico tra aspetti organizzativi e scelte didattiche

Non lineare, flessibile, creativo, personalizzato e da verificare

**unità di apprendimento**

## UNITÀ DIDATTICA

È centrata su **obiettivi** del docente.

È centrata sull'azione del **docente**.

Parte da un obiettivo e, attraverso mediatori diversi, si propone di conseguire **conoscenze e abilità**.

Contiene verifica e valutazione delle conoscenze e delle abilità.

È costituita prevalentemente di attività individuali o collettive **eterodirette da parte dell'insegnante**.

## UNITÀ DI APPRENDIMENTO

È centrata su **competenze** degli allievi.

È centrata sull'azione autonoma degli **allievi**.

Parte dalle competenze e, attraverso la realizzazione di un prodotto, si propone di conseguire **nuove competenze**.

Contiene verifica e valutazione delle competenze, abilità e conoscenze, attraverso l'analisi del **processo**, del prodotto e l'**autovalutazione** da parte dell'allievo.

È costituita essenzialmente da un'attività di gruppo autonomamente condotta dagli studenti, con il **supporto e la mediazione dell'insegnante**.

# IL CURRICOLO

( DPR 275/99 ) Art. 8 del Regolamento dell'autonomia

*“Le istituzioni scolastiche determinano, nel Piano dell'offerta formativa il curriculum obbligatorio per i propri alunni”*

*È garantito il carattere unitario del sistema di istruzione ed è valorizzato il pluralismo culturale e territoriale, nel rispetto delle diverse finalità della scuola dell'obbligo e della scuola secondaria superiore.*

*Le scuole sono chiamate a **sperimentare nuovi curricula strutturati in obiettivi specifici di apprendimento relativi a competenze, caratterizzati da:***

***continuità  
essenzialità  
trasversalità***

**COMUNITÀ EUROPEA: competenze chiave**

**COSTITUZIONE DELLA REPUBBLICA**  
Leggi, regolamenti, indicazioni

**PROFILO DELLO STUDENTE AL TERMINE DEL CICLO D'ISTRUZIONE**

**TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLA COMPETENZA**



**CURRICOLO**

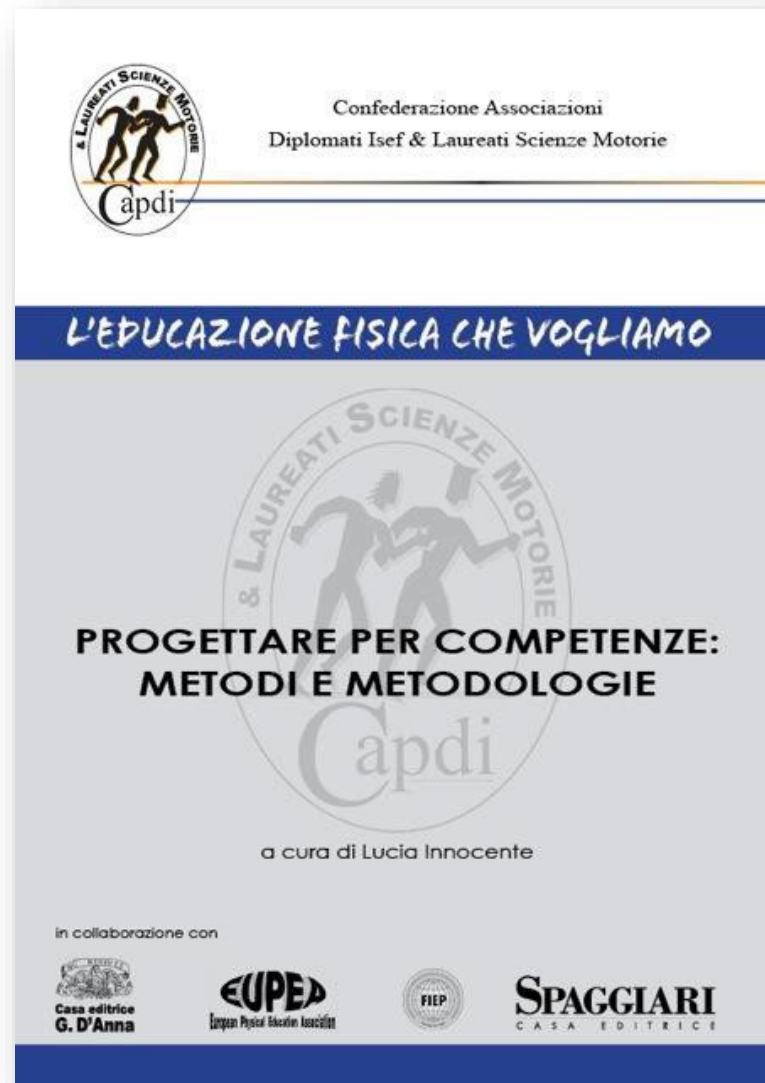


**OBIETTIVI SPECIFICI  
DI APPRENDIMENTO**



**UDA**  
UNITÀ DI APPRENDIMENTO

# PUBBLICAZIONE CAPDI



# DIDATTICA INCLUSIVA



**Individualizzazione**

**Personalizzazione**

Intese come partecipazione al processo di insegnamento/apprendimento da parte di tutto il gruppo classe e partendo dalle potenzialità di ogni singolo allievo.



# GLI ADATTAMENTI: CAMBIAMENTI E MODIFICAZIONI di 3 tipologie:

(“Carta europea dello sport”, Consiglio d’Europa, Strasburgo 1987)

<b>1- EDUCATIVO - METODOLOGICHE</b>	<b>riguarda la didattica, la metodologia di approccio e di lavoro</b>
<b>2- TECNICO</b>	<b>riguarda regole e regolamenti</b>
<b>3- STRUTTURALE</b>	<b>attività motoria specifica creata per una specifica tipologia di disordine/disturbo/disabilità</b>



# GLI ADATTAMENTI: CAMBIAMENTI E MODIFICAZIONI di 3 tipologie:

## ESEMPIO DI ESERCITAZIONE INCLUSIVA: ARRAMPICATA





# GLI ADATTAMENTI: CAMBIAMENTI E MODIFICAZIONI di 3 tipologie:

## ESEMPIO DI ESERCITAZIONE INCLUSIVA: ACROSPORT

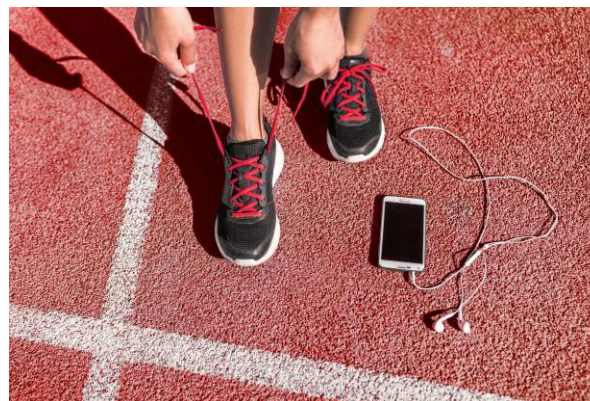


# 5. TECNOLOGIE

---



# LE MODERNE TECNOLOGIE NELLA DIDATTICA DELL'EF



# PREMESSA: NELLA SCUOLA

CURRICOLO DELLA SCUOLA SECONDARIA

VALUTAZIONE DELLE COMPETENZE

## Obiettivi di apprendimento secondaria di primo grado

*Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).*

## Obiettivi di apprendimento secondaria di secondo grado

*Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico*

### Il biennio

*...sapranno affrontare l'AM e SP utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici*

### V anno

*... impegnandosi in attività ludiche e sportive in diversi ambiti, anche con l'utilizzo della strumentazione tecnologica e multimediale a ciò preposta*

# SPECIFICHIAMO

Non in tutte le lezioni

Non uso esclusivo dei ragazzi

“Potenziatore”



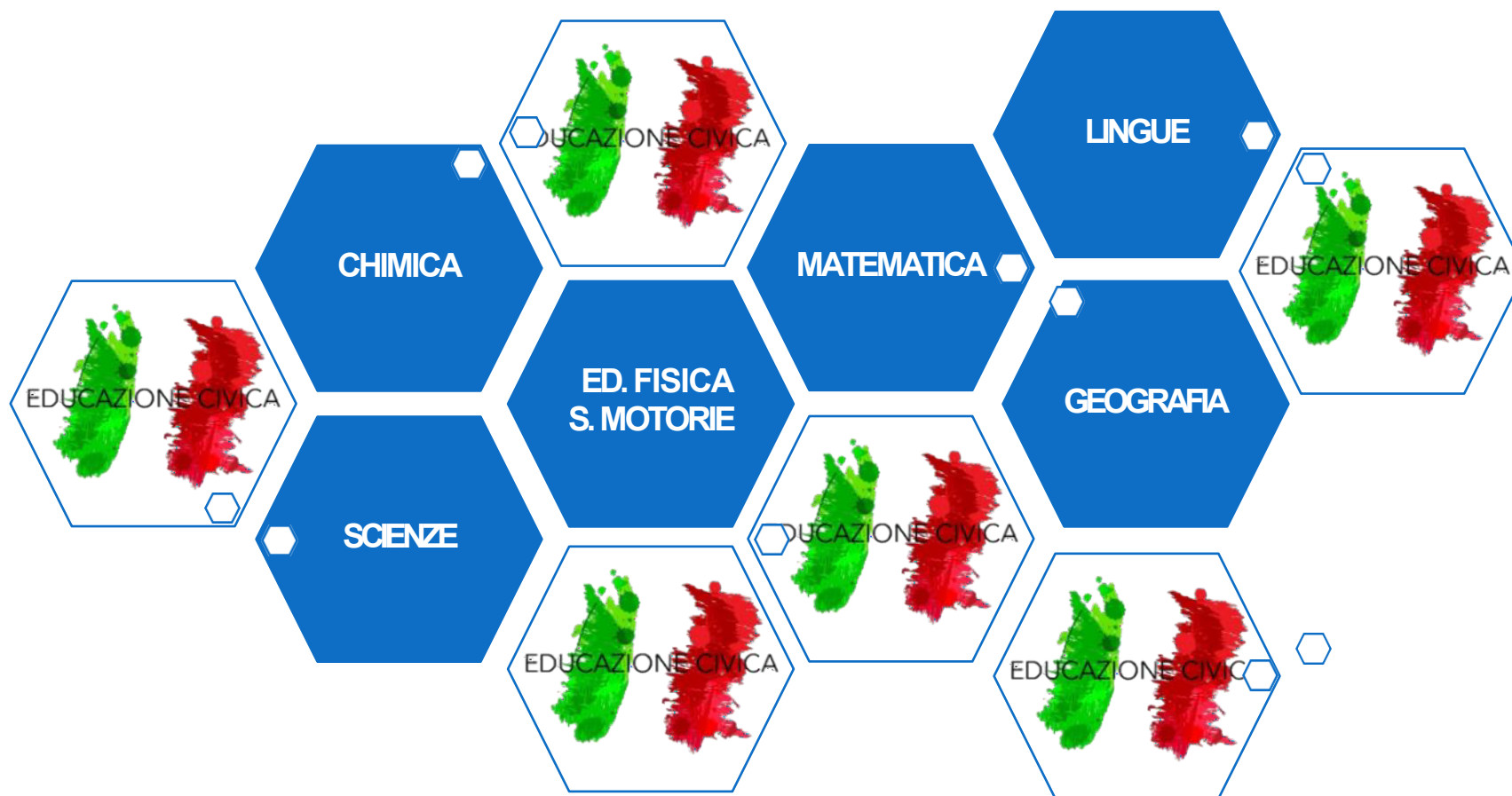
No “smanettoni”

# 6. EDUCAZIONE CIVICA

---



# EDUCAZIONE CIVICA: il ruolo centrale dell'educazione fisica e delle scienze motorie



# CONTESTO DI RIFERIMENTO Agenda 2030

**Educazione Civica materia obbligatoria in tutti i gradi dell'istruzione**

CITARE NORMATIVA 92/2019

In queste linee guida, i tre assi portanti sono:

la Costituzione,

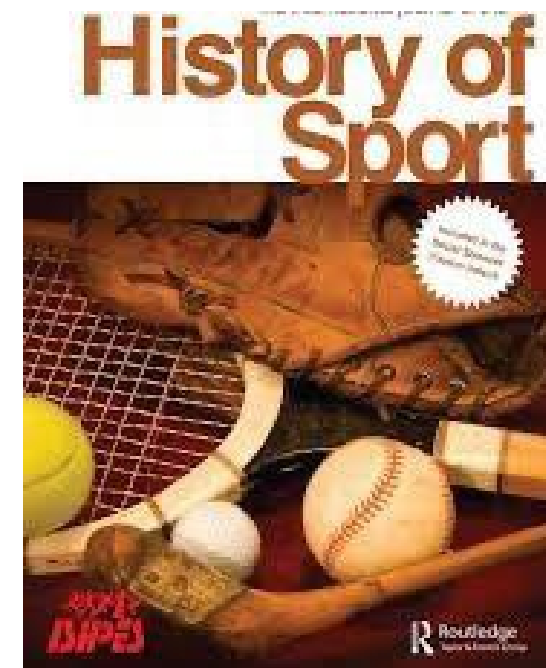
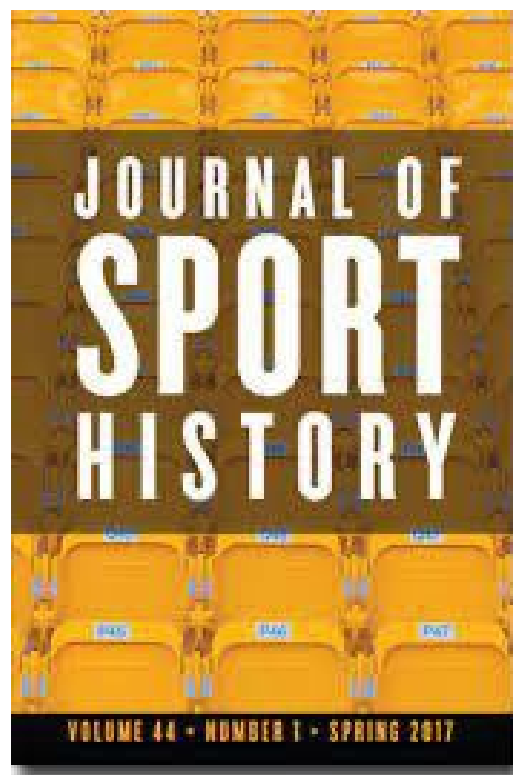
lo sviluppo sostenibile,

la cittadinanza digitale.

# suggerimenti per la bibliografia



SOCIETA' ITALIANA DI  
STORIA DELLO SPORT



# suggerimenti per le piattaforme



# suggerimenti per la film e documfilm

Adidas vs Puma

Fino all'ultimo respiro – speciale Alex Zanardi

Rush

Il Grande Torino

Il sogno di Brent (film cartone sulla disabilità)

L'atleta (Abebe Bikila)

La partita perfetta

Lezioni di sogni

PEACEFUL WARRIOR - la forza del campione

Rebound

La partita perfetta

The Program

Una stagione da ricordare

Belive. Il sogno si avvera

Hardball

Una squadra da sogno

Butterfly

Non ci resta che vincere

Atlete A

Home game

Icarus doping russo

Munich

Parola di Allenatore Rising

Phoenix

The last dance

aggiornare

# 7. UNITÀ DI APPRENDIMENTO

---



# PROGETTARE PER COMPETENZE

Definire una serie di **UNITA' DI APPRENDIMENTO** che costituiranno la progettazione annuale che tenda a sviluppare **tutte e quattro** le competenze motorie

MOVIMENTO

LINGUAGGI DEL CORPO

GIOCO E SPORT

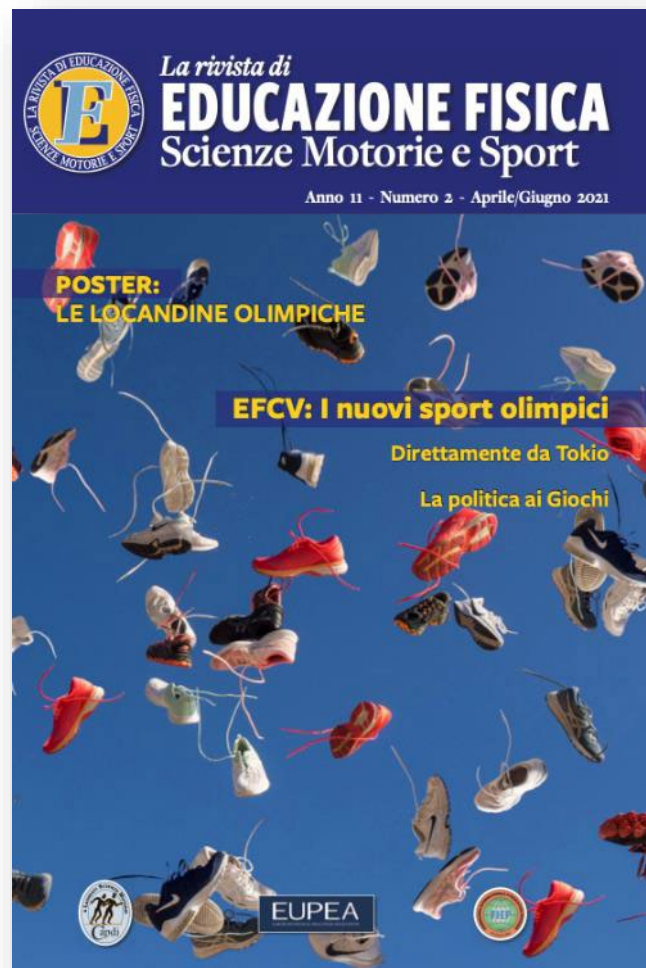
SALUTE E BENESSERE

# PROGETTARE PER COMPETENZE

L'UDA si sviluppa seguendo dei punti significativi e imprescindibili:

- **DATI IDENTIFICATIVI** (contesto, scuola, classe, alunni, etc.)
- **COMPETENZA MOTORIA** (scelta di una, escludendo le altre)
- **OSA** (declinati in conoscenze e abilità)
- **COMPITO UNITARIO** (rappresenta il momento di verifica e valutazione)
- **LIVELLI DI PADRONANZA** (costruire rubriche di valutazione e di autovalutazione degli alunni)
- **PERCORSO DIDATTICO** (individuare strumenti, procedure, attività, tempi)
- **BILANCIO** (riflessioni del docente e validazione)

# LA RIVISTA EF



# PUBBLICAZIONE CAPDI



# 8. FORMAT DI UDA

---



# Format per la progettazione di percorsi centrati sullo sviluppo di competenze

## Autore

## Titolo

1. **Dati identificativi:** livello di scuola, classe

### Descrizione dell'allievo

con **tipologia** di disabilità/disordine/ritardo di sviluppo/situazione socio-ambientale

2. **Competenza/e** europea di riferimento.

3. **Competenza motoria** che si intende sviluppare e descrizione dell'ambito specifico

4. **OSA** (Obiettivi specifici di apprendimento) suddivisi in **conoscenze e abilità**

5. **Valutazione:** descrivere il **compito unitario**

6. Descrivere i quattro **livelli di padronanza** del compito unitario

7. **Autovalutazione**

8. **Percorso di lavoro:** contenuti, attività, tempi dell'unità di apprendimento

**Adattamenti** per l'inclusione degli studenti speciali

- tipologia **cambiamenti e modificazioni**

- **docente** facilitazioni

- **progetto di vita**

9. **Valutazione sommativa**

10. **Riflessioni/bilancio** del docente



PROPOSTA  
OPERATIVA

# 9. ESEMPIO DI UDA

---





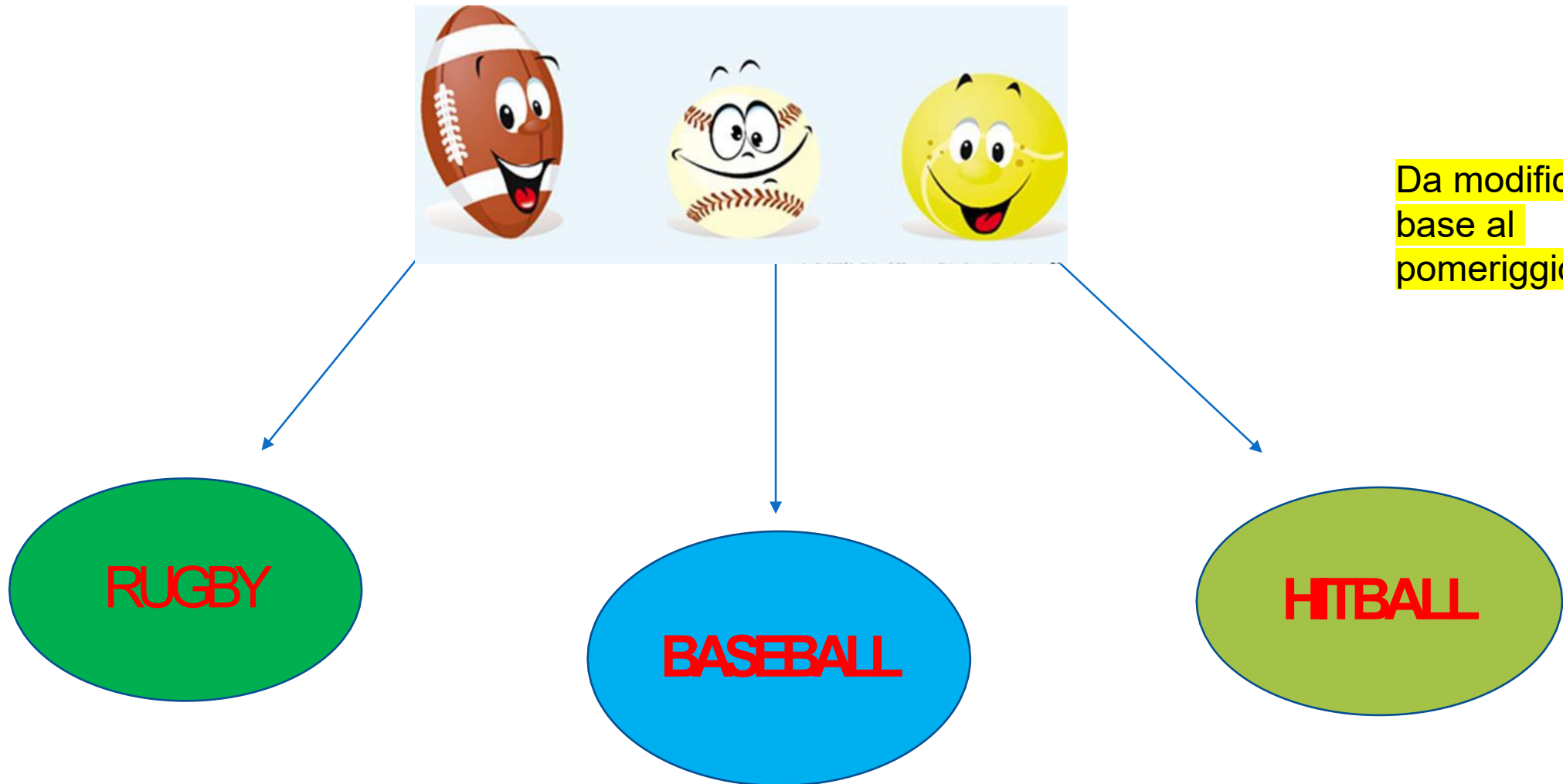
DEASCUOLA

# UDA: «Prof. giochiamo? Facciamo un torneo?»

Da modificare in  
base al  
pomeriggio

---

# SCELTA DELLA COMPETENZA: IL GIOCO-SPORT



Da modificare in  
base al  
pomeriggio

# PREMESSA

*Sulla base del PTOF elaborato dal Collegio Docenti ed approvato dal Consiglio d'Istituto, è sorta l'esigenza didattica di proporre delle attività tese allo sviluppo della **consapevolezza di sé, responsabilità e autonomia**, poiché all'interno della classe spesso alcuni allievi non sono in grado di seguire le regole e mantenere una buona convivenza civile.*

*I docenti di educazione fisica/scienze motorie e sportive hanno deciso di portare il loro contributo con la progettazione di un'UDA legata ad uno sport di gruppo in cui è necessario interagire tra i membri della squadra, nel rispetto dei diritti dell'avversario; il compito prevede anche la stesura di un regolamento, che dovrà essere rispettato, nel torneo di classe, e autoarbitrato.*

*Questa UDA permetterà inoltre di far fronte anche all'insegnamento di Educazione civica per ore 6 e saranno utilizzate le tecnologie per somministrare i questionari e per effettuare le riprese in alcuni momenti del torneo.*

Da modificare in  
base al  
pomeriggio

\*(DPR 275/1999)



# DATI IDENTIFICATIVI

<b>DESTINATARI</b>	Classe 3 <sup>^</sup> di una scuola secondaria di primo grado classe 3 <sup>^</sup> scuola secondaria secondo grado composta da 20 alunni 12 maschi e 8 femmine
<b>DOCENTI COINVOLTI</b>	docenti di EF/scienze motorie, nell'ambito delle loro classi
<b>COMPITO UNITARIO</b>	organizzare un mini torneo di classe svolgendo il ruolo di giocatori e di gestione del torneo
<b>TEMPI</b>	6 lezioni lezioni da 60' ciascuna. l'UDA è inserita nella progettazione nei mesi di settembre/ottobre
<b>SPAZI</b>	l'edificio dispone di due palestre interne ben attrezzate, all'esterno inoltre è presente un giardino spazioso

Da modificare in base al pomeriggio

# COMPETENZE ATTESE

<p><b>COMPETENZE CHIAVE EUROPEE</b> AGGIORNATE 2018</p>	<p><b>Competenza personale e sociale</b>, includono <u>competenze personali, interpersonali e interculturali</u> e riguardano tutte le forme di comportamento che consentono alle persone di partecipare in modo efficace e costruttivo alla vita in società sempre più diversificate, come anche a risolvere i conflitti. La competenza civica dota le persone degli strumenti per partecipare appieno alla vita civile grazie all'impegno a una partecipazione attiva e democratica. (Competenza trasversale)</p> <p><b>Imparare a imparare</b> è l'abilità di perseverare nell'apprendimento, di organizzare il proprio apprendimento anche mediante una gestione efficace del tempo e delle informazioni, sia a livello individuale che in gruppo. Parte dalla consapevolezza del proprio processo di apprendimento e dei propri bisogni e arriva all'identificazione delle opportunità disponibili e la capacità di sormontare gli ostacoli. Comporta l'acquisizione, l'elaborazione e l'assimilazione di nuove conoscenze e abilità come anche la ricerca e l'uso delle opportunità di orientamento. Si tratta di imparare a prendere le mosse da quanto appreso in precedenza e dalle esperienze di vita per usare e applicare conoscenze e abilità in tutta una serie di contesti: a casa, sul lavoro, nell'istruzione e nella formazione. <u>La motivazione e la fiducia</u> sono elementi essenziali perché una persona possa acquisire tale competenza.</p>
<p><b>COMPETENZE DI CITTADINANZA</b> <b>EDUCAZIONE CIVICA</b></p>	<p><b>Comunicare:</b> Comprendere messaggi di genere diverso (quotidiano, letterario, tecnico, scientifico), rappresentarli e comunicarli in modo efficace.</p> <p><b>Collaborare e partecipare:</b> Saper interagire in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità per la realizzazione delle attività collettive. È la disponibilità a lavorare e collaborare con gli altri, avendo il desiderio di costruire relazioni positive tese al raggiungimento del compito assegnato.</p> <p><b>Agire con responsabilità:</b> Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale e far valere al suo interno i propri diritti e agendo in modo responsabile.</p>
<p><b>AMBITO DI COMPETENZA</b> <b>MOTORIA: IL GIOCO, LO SPORT</b> <b>LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b> Traguardi (da I.N 2012)</p>	<p>«L'alunno è consapevole delle proprie abilità motorie sia nei punti di forza sia nei limiti Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.»</p>

# OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Conoscere le tecniche dei fondamentali individuali e di squadra dei giochi e degli sport sperimentati</li><li>• Conoscere/Approfondire le tattiche e le strategie dei giochi/sport</li><li>• Conoscere/Approfondire il regolamento</li><li>• Comprendere il fair play in funzione dell'autoarbitraggio</li><li>• Conoscere il funzionamento di un torneo con gironi all'italiana</li><li>• Conoscere le procedure organizzative per realizzare un torneo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Saper adattare le proprie abilità motorie e tecniche alle situazioni di gioco adattandole alle situazioni anche proponendo varianti;</li><li>• Saper applicare il regolamento tecnico;</li><li>• Realizzare strategie e tattiche nelle attività sportive</li><li>• Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto di regole, ruoli, persone e risultati</li><li>• Applicare il regolamento e mettere in atto comportamenti collaborativi per raggiungere l'obiettivo comune</li><li>• Essere in grado di organizzare e gestire un torneo di classe</li></ul>

# FASI DI SVILUPPO DELL'UDA

FASE 1	FASE 2	FASE 3
Introduzione: dal gioco allo sport	Preparazione del torneo	Compito unitario: Gestione del torneo
<p>Verifica del possesso dei prerequisiti</p> <p>Giochi pre-sportivi</p> <p>Presentazione e Presentazione dei documenti:tecnologie</p> <p>- la carta dei diritti del ragazzo nello sport</p> <p>-il decalogo del fair play</p> <p>Riflessione di gruppo</p> <p>Esercitazioni e giochi sui fondamentali: PASSAGGIO, RICEZIONE, TIRO, CONDUZIONE con diverse modalità.</p> <p>Introduzione al regolamento e spiegazione delle regole.</p> <p>Tempo 2 ore</p>	<p>Attivazione con i fondamentali individuali e di squadra</p> <p>Schemi di ATTACCO E DIFESA</p> <p>1c1, 2c1 e 2c2 e 3c3</p> <p>Simulazione del gioco da affrontare nel torneo di classe</p> <p>Utilizzo del tabellone, punteggi, classifica, tempi, campi</p> <p>Modalità di autoarbitraggio e messa in pratica</p> <p>Tempo 2 ore</p>	<p>Organizzazione del torneo, assegnazione compiti e ruoli e gestione delle squadre</p> <p>Riflessione sull'esperienza vissuta durante il Terzo tempo</p> <p>Tempo 2 ore</p>

# ADATTAMENTI

# SCELTA DEL COMPITO UNITARIO

## **NELL'AMBITO DELLA PROPRIA CLASSE**

l'ambiente rappresenta la contestualizzazione dell'abilità motoria richiesta. Questa richiesta implica un livello superiore di padronanza del saper giocare poiché prevede il coinvolgimento della sfera emotiva/relazionale del il gruppo-classe

## **PARTECIPARE AD UN TORNEO DI CLASSE**

rappresenta la competenza motoria richiesta. Si tratta di organizzare, gestire e partecipare ad un torneo con un girone all'italiana con quattro squadre composte da 5 giocatori ciascuna dopo aver condiviso le modifiche del regolamento

## **ORGANIZZATO, GESTITO, ARBITRATO**

Rappresenta il problem solving dell'abilità motoria richiesta. L'abilità motoria del giocare deve essere quindi ricalibrata e adattata. Organizzazione – gestione – arbitraggio rappresentano le azioni concrete mediante le quali è possibile sollecitare/sviluppare e verificare la competenza attesa. Ogni squadra avrà il compito di:

- Formare la squadra con criteri condivisi;
- Predisporre il campo e materiali di gioco; Avviare e cronometrare il gioco;
- Segnare i risultati sull'apposito tabellone realizzato per il mini torneo;
- Organizzare un Terzo tempo;
- Predisporre un gioco regolato dall'auto arbitraggio.

# VALUTAZIONE

## ◉ PRODOTTO

Griglia di osservazione delle conoscenze e delle abilità (check-list, rubrica valutativa)

## ◉ PROCESSO

Rubrica di osservazione dell'atteggiamento ( il punto di vista del docente)

## ◉ AUTOVALUTAZIONE

Questionario di autoconsapevolezza creata dagli allievi (il punto di vista degli allievi)



# SCUOLA DELL'INFANZIA

**AREA DI COMPETENZA IL MOVIMENTO**  
**OSA coordinazione oculo- manuale**

## **COMPITO UNITARIO**

**trasportare oggetti/attrezzi nello spazio**

**Livello iniziale:** trasportare alcuni degli oggetti/attrezzi e, guidato, collocarli in un luogo prestabilito

**Livello base:** trasportare degli oggetti/attrezzi e collocarli in un luogo prestabilito

**Livello intermedio:** trasportare degli oggetti/attrezzi e collocarli in un luogo prestabilito evitando ostacoli sparsi nel tragitto

**Livello avanzato:** trasportare degli attrezzi senza utilizzare le mani e collocarli in un luogo prestabilito evitando gli ostacoli sparsi nel tragitto

Da modificare in  
base al  
pomeriggio

# SCUOLA PRIMARIA

**AREA DI COMPETENZA IL MOVIMENTO**  
**OSA coordinazione oculo- manuale**

## **COMPITO UNITARIO**

**lanciare un attrezzo e riprenderlo al volo**

Da modificare in  
base al  
pomeriggio

- Livello iniziale:** saper lanciare in aria una palla e, guidato, riprenderla anche dopo un rimbalzo.
- Livello base:** da fermi saper lanciare in aria una palla e riprenderla al volo.
- Livello intermedio:** camminando saper lanciare in aria una palla e riprenderla al volo dopo una battuta di mani.
- Livello avanzato:** correndo, arrestarsi e saper lanciare in aria una palla e riprenderla dopo aver toccato terra con entrambe le mani

# SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO

**AREA DI COMPETENZA IL MOVIMENTO**  
**OSA coordinazione oculo- manuale**

Da modificare in  
base al  
pomeriggio

## COMPITO UNITARIO

lanciare uno o due attrezzi e riprenderli al volo

**Livello iniziale:** saper lanciare in aria un foulard oppure un palloncino e riprenderlo

**Livello base:** saper lanciare in aria un foulard oppure un palloncino e riprenderlo con la stessa mano che ha lanciato più volte di seguito

**Livello intermedio:** saper lanciare in aria un foulard con la destra, riprenderlo con la sinistra e viceversa più volte di seguito

**Livello avanzato:** saper utilizzare due foulard; lanciare il destro e quando raggiunge il suo culmine, lanciare successivamente il sinistro, con continuità

# SCUOLA SECONDARIA 2° GRADO

**AREA DI COMPETENZA IL MOVIMENTO**  
**OSA coordinazione oculo- manuale**

## **COMPITO UNITARIO**

**lanciare più attrezzi e riprenderli al volo**

Da modificare in  
base al  
pomeriggio

**Livello iniziale: saper utilizzare due attrezzi.**

Un foulard nella mano dominante e uno nell'altra. Lancio incrociato del primo foulard con una mano; quando questo raggiunge il suo culmine lanciare il secondo con l'altra mano.

**Livello base: saper utilizzare tre attrezzi.**

Due foulard nella mano dominante e uno nell'altra. Lanciare il primo foulard con la mano che ne trattiene due; quando questo raggiunge il suo culmine lanciare il secondo trattenuto dall'altra mano; infine, quando il secondo a sua volta raggiunge il proprio culmine riprendere il primo foulard lanciato e lanciare il terzo con la mano dominante.

**Livello intermedio: saper giocare**

Utilizzare tre foulard, senza perderli per 10 ripetizioni

**Livello avanzato: saper modificare l'attrezzo**

il tipo di attrezzo; ad esempio si possono utilizzare le palline da tennis o quelle piene di sabbia che velocizzano l'azione.

# AUTOVALUTAZIONE

Questionario di autovalutazione (il punto di vista dell'allievo)

Da modificare in  
base al  
pomeriggio

COGNOME NOME CLASSE

	INIZIALE	IN ITINERE	FINALE
1. domanda	Molto Abbastanza Poco Per nulla	Molto Abbastanza Poco Per nulla	Molto Abbastanza Poco Per nulla
2. domanda	In modo sicuro Bene Con qualche incertezza Non riesco	In modo sicuro Bene Con qualche incertezza Non riesco	In modo sicuro Bene Con qualche incertezza Non riesco
3. domanda	Sempre Quando invento Quando eseguo Mai	Sempre Quando invento Quando eseguo Mai	Sempre Quando invento Quando eseguo Mai
4. domanda	In ogni caso Quasi sempre Con qualche difficoltà Non riesco	In ogni caso Quasi sempre Con qualche difficoltà Non riesco	In ogni caso Quasi sempre Con qualche difficoltà Non riesco
5. domanda	Con i compagni Da solo Con l'insegnante Non posso migliorare	Con i compagni Da solo Con l'insegnante Non posso migliorare	Con i compagni Da solo Con l'insegnante Non posso migliorare
6. domanda	Entusiasta Coinvolto Normale Annoiato	Entusiasta Coinvolto Normale Annoiato	Entusiasta Coinvolto Normale Annoiato



DEASCUOLA

# 10. E ora andiamo a provare in palestra

---