

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
TUTTI GLI INDIRIZZI
PRIMO BIENNIO

MODULI	OBIETTIVI Espressi in conoscenze specifiche, competenze e capacità	CONTENUTI	ATTIVITA' METODI E STRUMENTI	VERIFICHE Numero e tipologie	TEMPI
1	Ampliamento delle capacità condizionali e coordinative, sviluppo di una migliore percezione di sé, conoscenza nella comprensione e produzione di messaggi non verbali tramite il linguaggio corporeo, rapporto con l'ambiente naturale	Esercitazioni pratiche per lo sviluppo e il rinforzo delle capacità condizionali e coordinative: es. Individuali, a coppie o piccoli gruppi, circuit training, giochi sportivi individuali e di squadra, convenzionali e non convenzionali (es. orienteering)	Metodo dal globale all'analitico, dal semplice al complesso, problem solving, attività anche in ambiente naturale. Utiizzo di piccoli e grandi attrezzi, libro di testo, fotocopie, filmati.	DUE nel primo quadrimestre, TRE nel corso del secondo quadrimestre. Le prove saranno principalmente di tipo pratico-motorie, ma potrebbero essere previste anche prove teoriche (test a risposta multipla, a risposta aperta, colloqui orali) Sarà costante l'osservazione sistematica Per la valutazione si terrà conto di: interesse, impegno, partecipazione, miglioramento delle abilità motorie in relazione alla situazione di partenza.	Annuale

2	<p>Sport, regole e fair play Pratica di alcuni sport individuali e di squadra. Conoscenza delle principali regole, dei fondamentali e dei ruoli, compresa la funzione di arbitraggio e giuria. Tra le competenze da acquisire: autonomia nella scelta di strategie adeguate a risolvere le situazioni proposte, collaborazione coi compagni di squadra, fair play nei confronti dei compagni.</p>	<p>Atletica leggera, ginnastica artistica e ritmica, badminton, calcio, pallavolo, pallacanestro, pallamano, rugby.</p>	<p>Attività sia in ambiente chiuso (palestra), che aperto (stadio, campo di atletica, città...) Metodi utilizzati dal globale all'analitico, dal semplice al complesso, problem solving, cooperative learning, peer-tutoring, lavori individuali e a piccoli gruppi. Uso sia di piccoli che grandi attrezzi, libro di testo, fotocopie, filmati.</p>	<p>DUE nel primo quadrimestre, TRE nel corso del secondo quadrimestre. Le prove sia di tipo pratico-motorie che teoriche (test a risposta multipla, a risposta aperta, colloqui orali) Sarà costante l'osservazione sistematica Per la valutazione si terrà conto di: interesse, impegno, partecipazione, miglioramento delle abilità motorie in relazione alla situazione di partenza.</p>	<p>Annuale</p>
3	<p>Educazione alla salute, al benessere e alla sicurezza conoscenza dei principi fondamentali di prevenzione degli infortuni, conoscenza dei principi igienici e scientifici, delle norme sanitarie e alimentari essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica.</p>	<p>La sicurezza in palestra, a casa e negli spazi aperti, con attenzione anche all'educazione stradale, conoscere gli elementi fondamentali del primo soccorso e della alimentazione, adottare un sano stile di vita.</p>	<p>Utilizzo di metodologie didattiche sia deduttive che induttive, lezione sia in aula (aspetti teorici) che in palestra (aspetti pratici). Uso di piccoli e grandi attrezzi, libro di testo, fotocopie per approfondimenti, visione di filmati.</p>	<p>UNO nel primo quadrimestre, DUE nel corso del secondo quadrimestre. Prove principalmente di natura teorica (test a risposta multipla, a risposta aperta, colloqui orali) Sarà costante l'osservazione sistematica Per la valutazione si terrà conto anche di: interesse, impegno, partecipazione, uso in vari contesti delle conoscenze acquisite.</p>	<p>Annuale</p>