

ISTITUTO TECNICO ECONOMICO STATALE

“Amministrazione, Finanza e Marketing: Relazioni Internazionali – Turismo”

“LUIGI EINAUDI”

CURRICOLO DISCIPLINARE DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE CLASSE PRIMA

COMPETENZA/E DI RIFERIMENTO DISCIPLINARE: IN SCIENZE, PERSONALE, SOCIALE, CAPACITÀ DI IMPARARE AD IMPARARE, IN MATERIA DI CITTADINANZA, IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA, ALFABETICA FUNZIONALE

COMPETENZE TRASVERSALI: IN MATERIA DI CITTADINANZA – IMPRENDITORIALE – IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONI CULTURALI – PERSONALE, SOCIALE, CAPACITÀ’ DI IMPARARE A IMPARARE

NUCLEI FONDANTI	CONOSCENZE		ABILITA’	COMPETENZE	dal CURRICOLO di ED. CIVICA
	In presenza	In DDI			
A) PERCEZIONE DI SÉ' E COMPLETAMENTO DELLO SVILUPPO FUNZIONALE DELLE CAPACITÀ' MOTORIE (COORDINATIVE E CONDIZIONALI) ED ESPRESSIVE (MESSAGGI NON VERBALI)	- Anatomia e fisiologia del sistema scheletrico ed apparato articolare.	X	- Riconoscere e distinguere le informazioni provenienti dalle articolazioni	- Osservarsi reciprocamente individuando eventuali vizi di portamento e/o asimmetrie	
	☒ - I principali paramorfismi e dismorfismi dell’età evolutiva - Terminologia e linguaggi specifici (assi, piani, glossario, movimenti...)	X	- Controllare i movimenti permessi dalle articolazioni nei diversi piani dello spazio.	- Rilevare e misurare le diverse escursioni articolari di alcuni distretti, anche prima e dopo un riscaldamento mirato.	
	- Gli schemi motori - Le capacità coordinative	X	- Rilevare e misurare le diverse escursioni articolari di alcuni distretti corporei, anche prima e dopo un riscaldamento mirato.	-Autovalutarsi e riportare	

	<ul style="list-style-type: none"> - Le capacità condizionali - Il movimento ed il linguaggio corporeo 		<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare il lessico specifico della disciplina. - Realizzare movimenti di associazione e dissociazione delle diverse parti del corpo, di coordinazione oculomotoria, oculopodalica e spaziotemporale, con capacità di ritmo ed equilibrio. - Utilizzare schemi motori semplici e complessi in situazioni variate - Utilizzare tecniche di espressione corporea anche su base musicale 	<p>i dati su grafici, confrontando i valori maschili e femminili</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riprodurre i tre tipi di leve utilizzando il materiale scolastico disponibile in palestra rilevando il vantaggio o lo svantaggio delle stesse <p>comunicare in modo efficace in contesti disciplinari e nella pratica sportiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Progettare semplici progressioni che sviluppino capacità coordinative e condizionali richieste dall'insegnante a corpo libero o con piccoli attrezzi - Saper riprodurre un'attività coreutica e/o una danza popolare su base musicale. 	
--	--	--	--	--	--

<p>B) LO SPORT – LE REGOLE – IL FAIR PLAY</p>	<p>Fondamentali e relativi regolamenti di:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pallavolo ● Pallacanestro ● Badminton ● Calcio ● Pallatamburello/go back ● Atletica leggera <p>- Il fair play</p> <p>- Conoscenza dei regolamenti di base dei principali sport individuali</p> <p>- Conoscere i diversi aspetti di un evento sportivo (gioco, preparazione, arbitraggio etc...)</p>	<p>X</p> <p>X</p> <p>X</p>	<p>- Eseguire e controllare i fondamentali di base</p> <p>- Praticare in forma globale giochi sportivi codificati e non.</p> <p>- Comprendere le decisioni arbitrali</p> <p>- Rispettare indicazioni, regole e turni</p> <p>- Mettere le proprie capacità a disposizione del gruppo</p>	<p>- Partecipare a tornei di classe, costituendo squadre di livello omogeneo coinvolgendo tutti i componenti ed assumendo anche il ruolo di arbitro.</p> <p>-Autovalutare la propria prestazione ed applicare gli opportuni adattamenti.</p> <p>- Individuare i punti di forza e di debolezza dell'avversario</p> <p>- Riconoscere ed accettare le cause della propria sconfitta e le cause della vittoria dell'avversario</p> <p>- Collaborare e partecipare in maniera responsabile in una attività di gruppo</p>	<p>IL RISPETTO DELLE REGOLE ATTRAVERSO IL FAIR PLAY</p>
--	---	----------------------------	---	---	--

<p>C) SALUTE, BENESSERE, SICUREZZA, PREVENZIONE</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Norme e principi fondamentali della sicurezza in palestra e in altri ambienti sportivi - Ergonomia - Sicurezza e prevenzione personale nei diversi ambienti . - Norme igieniche per lo sport, la piscina, la palestra - Norme igieniche nell'abbigliamento, sportivo e non 	<p>X</p> <p>X</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Rispettare le regole di comportamento in palestra e il regolamento d'istituto - Rispettare il materiale scolastico e i tempi di esecuzione di tutti i compagni - Prestare una responsabile assistenza ai compagni - Rilevare gli aspetti ergonomici all'interno di un ambiente di lavoro e/o scolastico. - Applicare comportamento di base riguardo abbigliamento igiene e sicurezza - Assumere e mantenere posizioni fisiologicamente corrette - Rispettare le norme di sicurezza nelle diverse attività motorie 	<ul style="list-style-type: none"> - Effettuare una corretta assistenza al compagno in varie attività motorie - Individuare gli aspetti di criticità in alcune delle attività proposte, predisponendo le opportune azioni preventive. - Individuare gli aspetti di criticità in diversi ambienti di lavoro, di svago - Organizzare, secondo principi ergonomici, la propria postazione di studio/lavoro. - Individuare e correggere la propria postura nell'esecuzione di semplici esercizi - Assumere corretti comportamenti igienici e di prevenzione finalizzati all'assunzione di corrette 	
--	---	-------------------	---	--	--

				abitudini di vita	
D) RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE E TECNOLOGICO	<ul style="list-style-type: none"> - Le attività sportive in ambiente naturale - Le norme di sicurezza nei vari ambienti naturali - Relazione tra scienze motorie e scienze, geografia, fisica, informatica 	<p>X</p> <p>X</p> <p>X</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Saper leggere una mappa /cartina -Adottare abbigliamento e attrezzature adeguate alle attività svolte e alle condizioni meteo - Scegliere di praticare attività all'aria aperta - Collegare le conoscenze provenienti da diverse discipline - Rilevare dati relativi a test di efficienza fisica. 	<ul style="list-style-type: none"> - Orientarsi con cartine topografiche durante un'escursione in ambiente naturale utilizzando gli indicatori per l'orientamento. - Produrre materiale riassuntivo che illustri l'esperienza di escursione in ambiente naturale - Selezionare le opportune attrezzature da utilizzare nei diversi ambienti. - Elaborare un foglio informativo di un'uscita effettuata in ambiente naturale - Utilizzare correttamente una cartina geografica muta, 	

				<p>indicare il percorso effettuato e calcolare i tempi di percorrenza</p> <p>- Saper creare grafici/tabelle in relazione a dati di rilevamento dell'efficienza fisica.</p>	
--	--	--	--	--	--