

## Progettazione primo biennio anno 2022/2023

### Scienze Motorie e Sportive Licei Paritari Leon Battista Alberti prof.ssa Toninelli Francesca

Attività: le lezioni si svolgeranno prevalentemente presso il Beach Sport Piombino dove saranno praticati diversi sport (volley, tennis, calcio). Nel periodo tra gennaio e marzo in preparazione ai campionati studenteschi le lezioni pratiche si svolgeranno al campo d'atletica e occasionalmente anche presso la palestra ASD Body Line a Piombino e nell'area dietro scuola.

Per le lezioni teoriche saranno utilizzati supporti multimediali, fotocopie, mappe..etc

Per la verifica e la valutazione verranno utilizzati strumenti come test motori, compiti scritti, prove pratiche, interrogazioni e autovalutazioni inoltre saranno considerati anche gli atteggiamenti cooperativi e collaborativi, la disponibilità all'inclusione e il rispetto delle regole e del fair-play.

Due moduli saranno dedicati all'educazione civica, in particolare alla trattazione del tema sulla salvaguardia dell'ambiente (classi prime) e imprenditorialità digitale (classi seconde).

OBIETTIVO SPECIFICO D'APPRENDIMENTO	La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive		
	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>	<b>COMPETENZE</b>
	Conoscere gli schemi motori di base.	Consolidare gli schemi motori e sperimentare nuove azioni e gesti tecnici	Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.
	Conoscere le capacità coordinative e condizionali.	Consolidare le capacità coordinative e condizionali attraverso il movimento e lo sport	Valutare punti di forza e di debolezza, potenzialità e limiti del proprio corpo nell'esercizio della pratica motoria e sportiva
	Elementi di comunicazione non verbale	Decodificare i linguaggi corporei dei compagni, degli avversari e dell'insegnante.	Sapere utilizzare il linguaggio corporeo per favorire la comunicazione e le relazioni sia nel gruppo dei pari sia degli adulti
	Linguaggio specifico motorio e sportivo	Applicare termini specifici motori	Comunicare con la terminologia specifica di base delle scienze motorie
OBIETTIVO SPECIFICO D'APPRENDIMENTO	Lo sport, le regole e il fair play		
	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>	<b>COMPETENZE</b>
	Conoscere le principali regole, anche semplificate, indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport anche con finalità di arbitraggio.	Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto delle regole, ruoli, persone e risultati.	Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.
	Fair-play	Applicare le norme di un corretto comportamento sportivo in ambito scolastico	Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati con lo spirito del fair play.
OBIETTIVO SPECIFICO D'APPRENDIMENTO	Salute, benessere, sicurezza e prevenzione		
	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>	<b>COMPETENZE</b>
	Conoscere l'anatomia e la fisiologia dei principali apparati del corpo umano.	Approfondire in particolare l'apparato locomotorio attraverso il movimento.	Conoscenza degli apparati legati al movimento e delle loro principali funzioni.

	<p>Conoscere le norme principali di una corretta alimentazione e l'importanza dell'attività motoria nel corretto stile di vita.</p> <p>Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza e alcuni elementi di primo soccorso.</p> <p>Conoscere le principali sostanze illegali nella pratica sportiva</p>	<p>Riconoscere, ricercare e applicare comportamenti di promozione di un sano stile di vita.</p> <p>Sapere applicare le metodiche di assistenza in svariati contesti sociali.</p> <p>Conoscere i principali effetti nell'organismo dovuti all'assunzione di sostanze illegali e quali possono essere le conseguenze legali</p>	<p>Orientare in modo autonomo e consapevole la propria pratica motoria e sportiva come stile di vita finalizzato al mantenimento della salute e del benessere psico-fisico e relazionale.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo e/o di soccorso e trasferire tale competenza anche nell'ambiente extrascolastico</p> <p>Essere consapevoli degli effetti dannosi dei prodotti che inducono dipendenza (doping, fumo, droghe, alcool).</p>
<b>OBIETTIVO SPECIFICO D'APPRENDIMENTO</b>	<b>Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico</b>		
	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>	<b>COMPETENZE</b>
	<p>Conoscere la funzione e l'utilità di alcuni strumenti tecnologici e informatici nello svolgimento delle attività sportive</p> <p>Conoscere alcune attività motorie e sportive in ambiente naturale</p>	<p>Sapersi esprimere ed orientare in attività ludiche e sportive in ambiente naturale e in determinate strutture dedicate a particolari discipline sportive.</p>	<p>Saper utilizzare in modo appropriato alcuni tra gli strumenti tecnologici e informatici a disposizione, utili allo svolgimento delle attività sportive (cronometro, tablet, computer, ecc)</p> <p>Acquisire un approccio responsabile e di tutela verso il comune patrimonio ambientale.</p>