

CORSO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE A.S. 2018/2019	CLASSE 1[^]	SEZIONE/ INDIRIZZO A - SCIENTIFICO	DOCENTE RICCARDO CARLI	DISCIPLINE COINVOLTE SCIENZE MOTORIE
COMPETENZE DI CITTADINANZA ANNUALI C1 - Imparare a imparare C3 - Comunicare C4 - Collaborare e partecipare C6 - Risolvere problemi C7 - Individuare collegamenti e relazioni C8 - Acquisire ed interpretare l'informazione				
COMPETENZE DISCIPLINARI ANNUALI D1 - Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità D2 - Ampliare le capacità coordinative e condizionali D3 - Padroneggiare schemi motori complessi e utilizzarli nelle attività sportive D4 - Collaborare con i compagni D5 - Comprendere e produrre consapevolmente i messaggi non verbali del corpo D6 - Applicare strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche D7 - Consolidare il concetto di responsabilità e ragionamento D8 - Conoscere i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza in palestra D9 - Applicare comportamenti in ordine ad un sano stile di vita				

UNITA' DIDATTICA 1: TERMINOLOGIA PROPRIA DELLA MATERIA

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITA'	METODI STRUMENTI RISORSE	TIPOLOGIA DELLE VERIFICHE E PRODOTTI	TEMPISTICA PREVISTA
	Conoscere la terminologia fondamentale della materia	Sa riconoscere e applicare la terminologia di base, in relazione a posture, atteggiamenti, piani e parti anatomiche	Lezione frontale e dispense	Test teorico	2 ore

UNITA' DIDATTICA 2: CAPACITA' COORDINATIVE

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITA'	METODI STRUMENTI RISORSE	TIPOLOGIA DELLE VERIFICHE E PRODOTTI	TEMPISTICA PREVISTA
	Amplia la sua conoscenza riguardo le capacità coordinative generali e speciali	E' in grado di utilizzare la capacità coordinativa affrontata per la risoluzione di situazioni problematiche in contesti dinamici, sportivi e non sportivi.	Attività singole e di gruppo con palloni e palline di varia grandezza, funicelle, cerchi, racchette, coni, canestri, rete da pallavolo, porte e materassi	Osservazione sistematica durante l'attività Test e prove Impegno legato alla partecipazione attiva durante le lezioni	20 ore

UNITA' DIDATTICA 3: CAPACITA' CONDIZIONALI

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITA'	METODI STRUMENTI RISORSE	TIPOLOGIA DELLE VERIFICHE E PRODOTTI	TEMPISTICA PREVISTA
	Amplia la sua conoscenza e rafforza le capacità condizionali	E' in grado di utilizzare le capacità condizionali di forza, velocità, resistenza e flessibilità in vari gesti motori e per migliorare le proprie prestazioni nelle attività sportive	Attività singole e di gruppo a corpo libero, utilizzo di palloni e palline di varia grandezza, funicelle, cerchi, racchette, coni, canestri, rete da pallavolo, porte e materassi	Analisi rispetto alla situazione di partenza Test e Prove Impegno costante durante l'attività	14 ore

UNITA' DIDATTICA 4: SPORT DI SQUADRA

COMPETENZE	CONTENUTI	ABILITA'	METODI STRUMENTI RISORSE	TIPOLOGIA DELLE VERIFICHE E PRODOTTI	TEMPISTICA PREVISTA
	<p>Amplia la conoscenza del regolamento e migliora la tecnica dei fondamentali principali del basket</p> <p>Amplia la conoscenza del regolamento e migliora la tecnica dei fondamentali principali della pallavolo</p> <p>Amplia la conoscenza del regolamento e migliora la tecnica dei fondamentali principali della pallamano</p>	<p>E' in grado di utilizzare il palleggio, il passaggio e il tiro per raggiungere lo scopo prefissato anche all'interno di un contesto di gioco organizzato</p> <p>E' in grado di utilizzare il palleggio, il bagher e il servizio per raggiungere lo scopo prefissato anche all'interno di un contesto di gioco organizzato</p> <p>E' in grado di utilizzare il palleggio, il tiro e il passaggio per raggiungere lo scopo prefissato anche all'interno di un contesto di gioco organizzato</p> <p>E' in grado di integrarsi nel gruppo e impegnarsi per il bene comune</p> <p>E' in grado di allenarsi con costanza e serietà, nel rispetto dei compagni, delle regole e del docente</p> <p>Conosce e mette in pratica il fair-play</p>	<p>Attività singola e di gruppo, con palloni da basket, pallavolo e pallamano; canestri, rete e porte</p>	<p>Prove pratiche e gioco di squadra</p> <p>Osservazione sistematica durante l'attività</p>	<p>30 ore</p>

